



Universidade Católica Portuguesa
Centro Regional de Braga

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Apresentado à Universidade Católica
Portuguesa para obtenção do grau de mestre
em **Psicologia da Família.**

Sandra Daniela de Castro Aires



FACULDADE DE FILOSOFIA

JANEIRO 2013



Universidade Católica Portuguesa

Centro Regional de Braga

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Local do Estágio: Centro, Social, Cultural e
Recreativo Abel Varzim

Apresentado à Universidade Católica
Portuguesa para obtenção do grau de mestre
em **Psicologia da Família.**

Sandra Daniela de Castro Aires

Sob a Orientação da Prof.^a Doutora **Fabrizia Raguso**

Co-Orientação da Prof.^a Mestre **Liliana Trigueiros**

Supervisão da Doutora **Isabela Rêgo**



FACULDADE DE FILOSOFIA

JANEIRO 2013

Resumo

O presente estágio curricular, integrado no âmbito do mestrado em Psicologia da Família, decorreu no CSCRAV, uma IPSS, situada na freguesia de Cristelo, concelho de Barcelos que nasceu para preencher as carências de cariz social existentes na comunidade. Para cumprir os seus objetivos, criou as seguintes valências: creche, jardim-de-infância, centro de atividades dos tempos livres; complemento de apoio à família; centro de acolhimento temporário Paula Azevedo; serviço psicossocial; centro de dia e apoio domiciliário, sendo nestas duas últimas valências que se desenvolveu o estágio.

Este estágio curricular teve como objetivos proporcionar a aplicação das abordagens teóricas da Psicologia da Família ao contexto institucional, assim como promover o contacto e a aprendizagem de boas práticas, com o intuito de desenvolver competências profissionais adequadas e autónomas.

Assim neste relatório, será apresentada a caracterização do contexto institucional e a descrição dos períodos de observação e intervenção. Serão ainda descritas, as atividades levadas a cabo pela estagiária nas valências dedicadas à 3ª idade. Por último, procurar-se-á tecer algumas posições críticas sobre os diversos aspetos da experiência de estágio.

Palavras-chave: Psicologia; Família; Estágio; Idosos.

Abstract

The present training integrated in the master of Family Psychology, tookplace in CSCRAV, is a Private Institution of Social Solidarity (PISS) located in Cristelo, Barcelos city, that was created to cope some social needs that exist in the community. To achieve their goals, the institution created the following areas: nursery; kindergarten; center of leisure activities; family supplement; Paula Avezedo (an institution to maltreated children); psychosocial services, day care and home support to senior people. It was in this area that the student developed the training.

The aim of this training was to provide the application of theoretical approaches of Family Psychology in the context of training which the student is inserted as well as to promote the contact and the learning of good practices, thus developing adequate and autonomous professional skills.

In this document will be presented the characterization of institutional context and the description of the periods of observation and intervention. In a second part of this document, will be presented a description of the activities developed. At last, we will try to make some critical comments on the various aspects of the training experience.

Key- words: Psychology; Family; Internship; Seniors.

Índice

Resumo	I
Abstract.....	I
Índice de Anexos	V
Glossário de abreviaturas e siglas.....	VIII

Introdução.....	1
1. Caracterização da Insituição.....	2
2. Caracterização do FACes.....	4
3. Descrição do período de observação	5
3.1. Levantamento de necessidades	5
3.2. Estabelecimento de prioridades	6
4. Descrição do período de intervenção.....	7
4.1. Ação de formação 1	8
4.1.1. Fundamentação teórica	8
4.1.2. Estratégias de intervenção	11
4.1.3. Descrição das sessões	11
4.1.4. Reflexão sobre a ação de formação	13
4.2. Ação de formação 2	15
4.2.1. Fundamentação teórica	15
4.2.2. Estratégias de intervenção	17
4.2.3. Descrição das sessões	18
4.2.3.1. Fundamentação teórica da sessão dirigida à equipa técnica do CAT.....	18
4.2.3.2. Fundamentação teórica da sessão dirigida à equipa técnica das valências da 3ª idade	24
4.2.4. Reflexão sobre a ação de formação	29
4.3. Programa de intervenção em grupo	30

4.3.1. Fundamentação teórica	30
4.3.2. Estratégias de intervenção	35
4.3.3. Descrição das sessões	35
4.3.4. Reflexão sobre o programa	39
4.4. Programa Intergeracional.....	41
4.4.1. Fundamentação teórica	41
4.4.2. Estratégias de intervenção	44
4.4.3. Descrição das sessões	44
4.4.4. Reflexão sobre o programa	46
5. Outras atividades.....	48
6. Caso clínico.....	49
6.1. Apresentação do caso clínico.....	49
6.2. Descrição do caso clínico	49
6.3. Objetivos de intervenção	53
6.4. Linhas de intervenção	54
6.5. Objetivos por cumprir	56
6.6. Reflexão sobre as competências de intervenção e sua implicação na relação de ajuda.....	57
Conclusão/Reflexão.....	60
Referências bibliográficas.....	63
Anexos	74

Índice de anexos

Anexo I: Plano de atividades socioculturais do centro de dia.....	74
Anexo II: Plano de atividades socioculturais do serviço de apoio domiciliário.....	75
Anexo III: Tabela de atividades desenvolvidas fora do âmbito do estágio.....	76
Anexo IV: Questionário sociodemográfico para os utentes do centro de dia.....	77
Anexo V: Guião de entrevista para os utentes do centro de dia.....	79
Anexo VI: Questionário sociodemográfico para a coordenadora das valências da 3ª idade.....	80
Anexo VII: Guião de entrevista para a coordenadora das valências da 3ª idade.....	81
Anexo VIII: Questionário sociodemográfico para as colaboradoras das valências da 3ª idade.....	82
Anexo XIX: Guião de entrevista para as colaboradoras das valências da 3ª idade.....	83
Anexo X: Grelha de observação do contexto de estágio.....	84
Anexo XI: Descrição das sessões da ação de formação 1.....	86
Anexo XII: PowerPoint apresentado no início da ação de formação 1.....	91
Anexo XIII: Questionário aplicado no início e no fim da ação de formação 1.....	95
Anexo XIV: Grelha de observação para o debate da 1ª sessão.....	97
Anexo XV: Imagens utilizadas na 3ª sessão da ação de formação 1.....	100
Anexo XVI: PowerPoint apresentado na conclusão da ação de formação 1.....	103
Anexo XVII: Certificado de participação entregue às participantes da ação de formação 1.....	107
Anexo XVIII: Sessão destinada às professoras da valência-ATL.....	108
Anexo XIX: Sessão dirigida às educadoras de infância da valência- jardim-de-infância.....	112
Anexo XX: Sessão dirigida aos técnicos da valência- RSI.....	120

Anexo XXI: Caso clínico apresentado aos técnicos do CAT.....	128
Anexo XXII: Apresentação da <i>Dupla Lua</i> aos técnicos do Centro de Acolhimento Temporário.....	129
Anexo XXIII: Caso clínico apresentado à técnica das valências da 3ª idade.....	139
Anexo XXIV: Apresentação do <i>Genograma</i> à técnica das valências da 3ª idade.....	140
Anexo XXV: Descrição das sessões do programa de intervenção em grupo.....	147
Anexo XXVI: PowerPoint apresentado no início do programa de intervenção em grupo.....	160
Anexo XXVII: Grelha de observação para o debate da 1ª sessão.....	165
Anexo XXVIII: Grelha de observação do conceito de resiliência.....	169
Anexo XXIX: Grelha de avaliação do conceito de resiliência.....	170
Anexo XXX: Vídeo utilizado na 2ª sessão do programa de intervenção em grupo.....	172
Anexo XXXI: Conto popular utilizado na 7ª sessão do programa de intervenção em grupo.....	173
Anexo XXXII: PowerPoint apresentado para concluir o programa de intervenção em grupo.....	174
Anexo XXXIII: Descrição das sessões do programa intergeracional.....	179
Anexo XXXIV: Árvore de categorização do <i>Focus Group</i>	186
Anexo XXXV: Relatório da 1ª sessão.....	187
Anexo XXXVI: Relatório da 2ª sessão.....	195

Anexo XXXVII: Relatório da 3ª sessão.....	200
---	-----

Glossário de abreviaturas e siglas

CSCRAV- Centro Social, Cultural e Recreativo Abel Varzim

IPSS- Instituição Particular de Solidariedade Social

CATL- Centro de Atividades dos Tempos Livres

CAT- Centro de Acolhimento Temporário

RSI- Rendimento Social de Inserção

SAD- Serviço de Apoio Domiciliário

PDI- Plano de Desenvolvimento Individual

PAS- Plano de Atividades Socioculturais

PAD - Programa de Apoio Psicossocial

FACes- Centro de Atendimento Psicológico e Formação Especializada da
Faculdade de Filosofia de Braga

ATL- Atividades dos Tempos Livres

AVC-	Acidente	Vascular	Cerebral
------	----------	----------	----------

Introdução

O presente estágio curricular foi desenvolvido no Centro Social Cultural e Recreativo Abel Varzim entre os meses de Setembro de 2011 e Julho de 2012. Esta instituição presta apoio psicossocial a vários públicos-alvo e tem diferentes objetivos em cada uma das áreas onde desenvolve a sua ação (descreveremos em maior detalhe a missão do Centro Social Cultural e Recreativo Abel Varzim na secção relativa à caracterização da instituição). Contudo, o estágio desenvolveu-se maioritariamente na valência dedicada ao apoio à terceira idade, mais concretamente, no centro de dia e serviço de apoio domiciliário.

Devido a ausência de um serviço de Psicologia no contexto institucional, a experiência de estágio curricular foi complementada com a observação e participação de um caso clínico acompanhado no FACes- Centro de Atendimento Psicológico e Formação Especializada, ao longo da qual foi adquirida experiência na planificação de sessões, no contato direto com os utentes, no desenvolvimento de competências de intervenção psicológica e ainda dada pela primeira vez a possibilidade de observar uma psicóloga no contexto de atendimento.

No relatório de estágio será apresentado todo o percurso da estagiária ao longo do ano letivo. Numa primeira parte será apresentada a caracterização da instituição, as atividades realizadas no período de observação e o levantamento das necessidades de intervenção encontradas no contexto de estágio. Numa segunda parte serão apresentadas as propostas de intervenção realizadas, nomeadamente duas ações de formação, uma delas destinada às colaboradoras da valência da 3ª idade e outra a toda a equipa técnica da instituição; um programa de intervenção em grupo destinado aos idosos do centro de dia e um programa intergeracional destinado às crianças do centro de atividades dos tempos livres e idosos do centro de dia. Serão ainda mencionadas nesta secção, as restantes atividades nas quais a estagiária esteve envolvida ao longo do período de estágio.

Numa parte final deste relatório será ainda apresentada uma conclusão/reflexão relativa a toda a experiência de estágio curricular e contributos da mesma para a formação da estagiária enquanto psicóloga da família.

1. Caracterização da instituição

O CSCRAV é uma IPSS situada na freguesia de Cristelo, concelho de Barcelos que nasceu para preencher as carências de cariz social que existiam na freguesia. Com o intuito de cumprir os seus objetivos, a instituição criou as seguintes valências: a creche (criada para acolher crianças dos 3 meses aos 3 anos de idade); o jardim-de-infância (destinado a crianças dos 3 aos 6 anos de idade); o CATL, criado para promover o acompanhamento educativo e pessoal a crianças e jovens com ou sem dificuldades sociais e educativas); o CAT Paula Azevedo (criado para dar acolhimento imediato a 14 crianças/jovens, de ambos os sexos, dos 6 aos 15 anos de idade, que tenham sido sinalizadas, como estando em perigo, pelos serviços competentes); o centro de dia, o SAD e o serviço psicossocial destinados a idosos e o Serviço de RSI (criado para acompanhar famílias beneficiárias do Rendimento Social de Inserção ou com processo de Ação Social). Dispõe ainda de 6 serviços: serviço médico, lavandaria, transporte, distribuição de correio, cozinha e limpeza (Projeto Educativo, 2004).

Tendo em conta que o presente estágio curricular decorreu nas valências da 3ª idade, pensamos que seria pertinente caracterizá-las detalhadamente.

O centro de dia é uma resposta social que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção do idoso e não idoso no seu meio sócio-familiar. Esta valência acolhe pessoas idosas e não idosas autónomas, semiautónomas, com dependência física, psíquica e social em que os apoios familiares e sociais são insuficientes ou apresentam uma sobrecarga, assim como pessoas que vivam sozinhas ou se encontram numa situação de risco social. O centro de dia alargou a sua prestação de serviços a pessoas não idosas (com idades compreendidas entre os 30 e os 60 anos) portadoras de problemas psíquicos por ser a única resposta social existente naquela zona geográfica, apesar de não reunir as infraestruturas necessárias para garantir um apoio psicossocial adequado às suas necessidades.

Por sua vez o Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados ao domicílio a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, estes não possam assegurar temporária ou permanentemente a satisfação das suas necessidades básicas e/ou diárias. A prestação deste serviço pretende contribuir para a melhoria da qualidade de vida de quem o solicita, assegurando a satisfação das suas necessidades básicas, assim como permite, ainda, retardar ou evitar a institucionalização do idoso.

Fazem parte da equipa técnica do centro de dia e SAD, a coordenadora e auxiliares de ação direta. As funções da responsável pelas valências da 3ª idade passam por desenvolver a avaliação do utente para a sua admissão ou no centro de dia ou no SAD; facilitar a integração do utente no contexto institucional, promovendo o relacionamento interpessoal com os outros utentes e colaboradores; estimular o desenvolvimento global do idoso, respeitando as suas necessidades e interesses; estabelecer protocolos e contatos periódicos com diferentes entidades para a realização de atividades e eventos inovadores ao serviço dos idosos; participar na elaboração do PDI (adequado às necessidades e expectativas específicas de cada utente) e proceder ao registo diário das atividades realizadas com os mesmos nos instrumentos criados para o efeito; participar na elaboração do PAS de ambas as valências (consultar anexo I e II) e orientar as atividades do mesmo, assegurando o cumprimento e o registo nos documentos criados para o efeito; elaborar e implementar com a equipa técnica, o PAP ao utente após diagnóstico de necessidades, descritas no PDI e participar em reuniões da equipa técnica para análise de informação relativa à prestação de serviços e definição de formas de atuação (Projeto Educativo, 2004; Manual de funções). Embora as valências da 3ª idade do CSCRAV não possuam serviço de Psicologia, o papel de um profissional desta área neste contexto passaria por intervir junto das famílias para garantir não só o bem-estar dos idosos bem como uma retaguarda familiar aos mesmos; intervir junto da equipa técnica no sentido de promover os cuidados adequados às necessidades dos idosos, com o intuito de lhes prestar apoio psicológico para lidar com as situações mais complexas relacionadas com a sua profissão; intervir junto dos idosos no sentido de os ajudar a lidar com o processo de envelhecimento ou outra problemática existente; promover atividades de confronto intergeracional entre crianças e idosos para sensibilizar ambas as gerações para o convívio entre diversas faixas etárias da população; fomentar atividades que envolvam os idosos e os seus familiares com o intuito de os sensibilizar para a sua importância na vida desta população e, por último, prestar apoio psicológico aos cuidadores informais.

2. Caracterização do FACes- Centro de Atendimento Psicológico e Formação Especializada

O FACes foi impulsionado pelos docentes de psicologia da Faculdade de Filosofia de Braga. Este serviço tem como principais objetivos: promover competências pessoais e académicas na comunidade estudantil, dando resposta às suas necessidades, através de abordagens preventivas, atividades de cariz desenvolvimental e/ou intervenções remediativas; promover o bem-estar e desenvolvimento da comunidade envolvente, através do estabelecimento de protocolos com instituições públicas e privadas para prestação de serviços no domínio da psicologia (escolas, serviços de cuidados de saúde primários, órgãos de justiça criminal e outras instituições); contribuir para a formação profissional dos estudantes de psicologia da Faculdade de Filosofia de Braga em particular no âmbito dos estágios curriculares e profissionais; e contribuir para a oferta formativa do CRBr-UCP, no domínio específico da psicologia com a organização de seminários, workshops e conferências (<http://www.braga.ucp.pt/site/custom/template/ucptplfac.asp?sspageID=2062&lang=1>).

3. Descrição do período de observação

Durante o período de observação do local de estágio foram realizadas algumas atividades de grupo (consultar anexo III). Estas atividades tiveram como principais objetivos o estabelecimento de uma relação adequada entre a estagiária e o público-alvo, entre a estagiária e a restante equipa e promover o conhecimento das dinâmicas institucionais por parte da estagiária.

A par destas atividades, durante o período de observação foram ainda implementadas outras estratégias que tinham como objetivos a caracterização da instituição e o levantamento de necessidades de intervenção psicossocial existentes (nas secções relativas à caracterização da instituição e levantamento de necessidades, estas estratégias serão descritas em detalhe). A realização destas atividades integradas no período de observação contribuíram ainda para a integração da estagiária no contexto institucional.

Pelo facto de não existir um serviço de psicologia no local onde foi desenvolvido o estágio curricular, a observação de casos clínicos foi realizada no FACes. Neste período foi possível observar o trabalho de um/a psicólogo/a; planejar sessões; interagir com o(s) utente (s) e compreender a aplicabilidade do modelo relacional na prática clínica.

3.1. Levantamento de necessidades

A fase de observação, abrangeu ainda a caracterização do local de estágio nomeadamente das valências de centro de dia e apoio domiciliário. Para que esta fosse possível foi realizado um levantamento de necessidades com base no preenchimento de questionários sociodemográficos (consultar anexo IV) e na aplicação de entrevistas aos utentes do centro de dia (consultar anexo V), no preenchimento e aplicação dos mesmos instrumentos à coordenadora das valências da 3ª idade (consultar anexo VI e VII) e às auxiliares tanto do centro de dia como do serviço de apoio domiciliário (consultar anexo VIII e IX) e ainda com base numa grelha de observação (consultar anexo X). Através deste levantamento de necessidades foram identificadas na valência de centro de dia necessidades como a criação de um serviço de psicologia destinado a apoiar os idosos e respetivas famílias em problemáticas como a aceitação da institucionalização e do processo de envelhecimento por parte do idoso, as relações disfuncionais entre os utentes e os seus familiares, a reorganização do sistema familiar perante a condição de

dependência do idoso, a responsabilização das famílias pelos seus idosos, o lidar com a sobrecarga emocional associada aos cuidados informais entre outros; o desenvolvimento de atividades intergeracionais; a criação de atividades socioculturais para os utentes, uma vez que não integravam de momento nenhuma animadora sociocultural na sua equipa técnica; atividades de estimulação das capacidades cognitivas e físicas dos utentes; exploração da postura e comportamentos das auxiliares no sentido de melhorar o relacionamento/ comunicação entre elas e os utentes; promover a integração/acolhimento adequado dos utentes no centro de dia bem como melhorar as relações entre o grupo de modo a evitar os conflitos por vezes existentes.

Quanto às necessidades do SAD, a coordenadora identificou apenas uma que se prende com o apoio psicossocial aos utentes e suas respetivas famílias.

3.2. Estabelecimento de prioridades

Perante a identificação destas necessidades, elegemos as seguintes prioridades: promoção da relação entre as auxiliares e a sua relação com os utentes; promoção da adaptação dos utentes ao processo de envelhecimento; a melhoria das relações entre utentes para evitar conflitos no grupo; desenvolvimento de atividades intergeracionais e por último a criação de um serviço de psicologia destinado a apoiar os idosos e respetivas famílias em problemáticas como a aceitação da institucionalização e do processo de envelhecimento por parte do idoso, as relações disfuncionais entre os utentes e os seus familiares; a reorganização do sistema familiar perante a condição de dependência do idoso; a responsabilização das famílias pelos seus idosos; o lidar com a sobrecarga emocional associada aos cuidados informais entre outros.

Apesar da criação deste serviço ser considerado uma prioridade quer por parte da estagiária quer por parte da orientadora, não foi possível suprir esta necessidade por razões relacionadas com as dinâmicas institucionais, tais como falta de recursos humanos e consequentemente ausência de um técnico que pudesse dar continuidade ao trabalho desenvolvido.

Para ir de encontro às necessidades da instituição, durante o período de estágio dedicado à intervenção foram realizadas as seguintes atividades: uma ação de formação para as auxiliares do centro de dia e SAD e outra para toda a equipa técnica do CSCRAV, um programa de intervenção em grupo para os idosos do centro de dia e ainda um programa intergeracional com um grupo composto por crianças e idosos utentes do CSCRAV. Pelo facto de se considerar pertinente a intervenção junto das

auxiliares e dos idosos (pelas necessidades existentes) e da instituição não ter recursos humanos para a concretizar, consideramos ser necessário intervir junto desta população. Por sua vez, a escolha pela intervenção junto da equipa técnica do CSCRAV deveu-se essencialmente ao facto de não existir um psicólogo da família na instituição e de se considerar a sua presença como fundamental devido às problemáticas existentes (descrevemos em maior detalhe o tipo de problemáticas existentes na secção relativa à fundamentação teórica das sessões apresentadas às valências do CSCRAV) neste tipo de contexto, daí a importância desta ação de formação. Por último, a escolha pela realização de atividades intergeracionais esteve relacionada principalmente com o facto de não existir este tipo de práticas na instituição, sendo as mesmas consideradas importantíssimas para o bem-estar dos grupos inseridos na instituição.

4. Descrição do período de intervenção

Perante as necessidades encontradas no local de estágio, foram realizadas duas ações de formação, a primeira dirigida às colaboradoras das valências da 3ª idade (centro de dia e SAD) e a segunda dirigida a toda a equipa técnica do CSCRAV, um programa de intervenção em grupo para os idosos e ainda um programa intergeracional direcionado aos idosos e crianças do CATL.

Seguidamente, apresentaremos a fundamentação teórica, as linhas de intervenção, a apresentação sumária dos planos de intervenção, a descrição das sessões e a reflexão final sobre cada uma das atividades implementadas ao longo do estágio curricular.

4.1. Ação de formação 1: “Olhar para os idosos de uma forma humana e relacional”.

4.1.1. Fundamentação teórica

Embora a teoria da troca simbólica dom/débito de Scabini e Cigoli (2000), seja frequentemente utilizada no âmbito das ciências sociais para explicar a dinâmica familiar, esta poderá ser útil como chave de leitura da relação entre auxiliares e idosos. Segundo a abordagem antropológica-etnológica desta teoria, a dinâmica desenvolve-se

entre o *dar*, o *receber* e o *retribuir* (Scabini & Cigoli, 2000). O impulso para retribuir não vem apenas da necessidade de “pagar uma dívida” mas do desejo de devolver o quanto se recebeu, identificando-se com a fonte do dom, ou seja, dando por sua vez. Torna-se portanto crucial o processo de identificação com as fontes de gratuidade e de gratidão. Gratidão esta que permite inserir uma dimensão de liberdade na obrigação/débito. A pessoa que dá, não espera em primeiro lugar o retorno, pelo contrário, quer que este seja livre e portanto incerto (Scabini & Cigoli, 2000). O intercâmbio simbólico típico das relações familiares, consiste portanto, em dar ao outro aquilo que, se pensa e se espera que precisa. Esta troca encontra-se sustentada pela confiança de que o outro retribuirá no momento oportuno, o equivalente simbólico daquilo que recebeu. A retribuição acontece no arco das gerações e não necessariamente ao longo da vida de cada indivíduo. Não podemos de facto, esquecer como o familiar liga entre si, vivos e mortos, as gerações passadas e as futuras (Scabini & Cigoli, 2000). Segundo Saillant e B-Dandurand (2002), a questão do dom está presente numa relação, na qual se presta um serviço, seja qual for a posição do sujeito nessa mesma relação. Deste modo, intervenientes dos serviços públicos ou privados, prestadores ou recetores de cuidados incluem-se nesta categoria porque dão algo de si mesmos, recebem ou não do outro e este dar e receber tem determinado significado para eles.

No âmbito da prestação de cuidados, os serviços prestados estão relacionados com o assegurar das necessidades básicas como a alimentação, a higiene e a saúde, bem como necessidades consideradas (muitas vezes) secundárias mas não menos importantes, como prestar apoio emocional, saber escutar, transmitir ânimo, dar apoio emocional, ter disponibilidade para estar com a pessoa e transmitir segurança (Ferreira, 2006). Saber escutar o outro permite-nos não só ter acesso aos seus aspetos emocionais profundos ligados à dependência, como ao que deve ser feito para que o corpo se mantenha vivo e, por isso, o que é dado, é a palavra (Saillant & B-Dandurand, 2002).

No contexto profissional, a dinâmica do dom desenvolve-se em torno de duas pessoas: o indivíduo dependente que solicita o que a dependência implica e o sujeito que dá aquilo que acha que deve dar perante esta condição. O dom materializa-se pelo corpo (é, em primeiro lugar, o corpo dependente que se exprime pela perda da autonomia que apela ao dom no âmbito dos cuidados) e passa pelo laço (integração da posição que se desempenha junto da pessoa a quem se prestam os cuidados). O que é dado é a palavra, a troca e a manutenção nos diversos âmbitos, que fazem ainda do recetor de cuidados um ser social. Mas o que é sobretudo dado, é também a pessoa que

presta cuidados em si mesma, isto é, a pessoa dá uma parte de si quando cuida do outro (Saillant & B-Dandurand, 2002).

Mas e o que é devolvido no ato de cuidar? A felicidade, o orgulho de ser cuidador, a aquisição de novas aprendizagens e o sentir o seu papel de cuidador reconhecido por aqueles de quem cuidam (Saillant & B-Dandurand, 2002). O facto de agradar a quem se cuida, de contribuir para a sua qualidade de vida, de ver esta vida mudar ou fazer com que ela possa mudar ou não corresponda aquilo que não gostaria que ela fosse, faz com que o cuidador sinta orgulho e felicidade perante o papel que desempenha. O que faz com que o cuidador sinta orgulho, é fazer o que é significativo para a pessoa de quem se cuida: fazê-lo feliz, não o abandonar, transmitir alegria e prazer quando isto não é assim tão evidente. Deste modo, o orgulho pode ser visto como uma forma de recompensa por parte do cuidador, prevalecendo a sensação de que não há um momento preciso que permite isolar o dom da retribuição, porque é o próprio facto de dar que gera orgulho e permite consequentemente a gratificação (Saillant & B-Dandurand, 2002).

A aquisição de novas aprendizagens também representa uma forma de recompensa no âmbito da prestação de cuidados. Os cuidadores aprendem em relação a si mesmos, ao outro, à existência e ao mundo social. Aprendem as suas capacidades e limites, percebem que o dar não pode ser sinónimo de desgaste ou exaustão. Aprendem a ser generosos, pacientes e resistentes. O facto de se tornarem cuidadores, pode-lhes permitir a possibilidade de esclarecer a relação com a pessoa cuidada. A aprendizagem está no núcleo do envolvimento na relação e no dom: sem dom, não há aprendizagem e sem este “mergulhar” na alteridade não há retribuição. Ao dar, aprendemos a continuar a ajudar e a desenvolver atitudes adequadas que permitam que o dom possa continuar a circular (Saillant & B-Dandurand, 2002), assim como poderá também permitir-nos fazer uma re-leitura do nosso papel enquanto cuidadores na nossa família de origem.

O reconhecimento dos cuidados prestados por parte do recetor de cuidados, exprime ele também uma retribuição. Existem vários tipos de reconhecimento entre cuidador e recetor de cuidados. Nesta multiplicidade de reconhecimentos, uns mais raros ou inexistentes, explícitos e regulares ou ocasionais e implícitos, todas elas são expressos através da palavra. Deste modo, a retribuição situa-se numa dimensão simbólica (Saillant & B-Dandurand, 2002).

Como foi referido anteriormente, o saber escutar é uma das dimensões importantes da prestação de cuidados.

Assim como no contexto de aplicação clínica do colóquio, o psicólogo relacional deve possuir disponibilidade para escutar a pessoa que lhe pede ajuda e ser empático para com ela, as auxiliares devem adotar a mesma posição perante os idosos. Estar disponível para escutar alguém significa estar atento à linguagem verbal e não-verbal, tanto do interlocutor como da sua própria interação com o outro (Andolfi, 2003a). Escutar, quer dizer suspender as próprias proposições e permitir o acesso a tudo (conteúdo verbal e não-verbal) o que provém da pessoa que pede ajuda. Escutar, não significa receber o que nos é dito sem intervir, mas efetuar comunicações a respeito das discrepâncias ou aspetos significativos transmitidos ou ditos pela pessoa. Existe escuta ativa, quando as auxiliares oferecem compreensão, participação e procuram dirigir à ajuda prestada para caminhos que lhe pareçam seguros, manifestando a sua própria presença real e emotiva (Andolfi, 2003a).

Para Andolfi (2003a), escutar alguém pressupõe também a capacidade empática. Esta capacidade significa compreender as pessoas tendo em conta o seu ponto de vista e sentir as suas emoções colocando-se no lugar delas, aumentando assim a compreensão. Ao oferecer compreensão favorece-se o estabelecimento da relação, uma vez que as pessoas fornecem informação em função do modo como são escutadas. Isto verifica-se, de tal forma, que a direção de um colóquio pode ser profundamente distinta segundo o modo em que o interlocutor seleciona, percebe, compreende e vive a experiência interativa. Por esta razão, quando uma pessoa manifesta ou partilha um problema, antes de tentar resolvê-lo, é necessário mostrar compreensão empática.

Para o favorecimento da sensação de ser compreendido, é útil usar uma linguagem simples, demonstrando que não se pretende compreendê-los, mas que se considera também fundamental que estes compreendam o que se quer comunicar (Andolfi, 2003a).

Porém, convém referir que a empatia não significa confundir-se com o outro, há que ter sempre presente os limites, pois é preciso manter a distância emotiva (Andolfi, 2003a; Cheli, 2004).

Escutar alguém ativamente significa também estar atento à linguagem não-verbal (Andolfi, 2003a). A comunicação não-verbal refere-se ao tom de voz, aos gestos, à postura corpórea, expressões faciais e todo o tipo de movimentos expressivos do corpo, que transmitem informações significativas, que podem confirmar ou não, o conteúdo da comunicação verbal (Ugazio, 1988 *cit. in* Raguzo, 2011). A comunicação não-verbal não substitui a palavra, apenas transmite informações que a linguagem não

pode transmitir. Segundo Watzlawick, Beavin e Jackson (2007), todo o comportamento humano comunica, independentemente da sua intencionalidade, é impossível não comunicar. Segundo estes autores, qualquer atividade ou inatividade, a palavra ou o silêncio, um gesto ou a ausência do mesmo, possuem todos o valor de mensagem e influenciam os outros.

Embora a relação entre auxiliares e idosos não seja estabelecida no contexto coloquial, é essencial que elas tentem estar disponíveis para escutar ativamente o idoso que lhe pede ajuda, estejam atentas à sua comunicação não-verbal e que demonstrem atenção e compreensão para com o mesmo pois isto ajudará provavelmente a melhorar a relação existente entre elas e os idosos.

Posto isto, a presente ação de formação teve como principal objetivo, desenvolver junto das colaboradoras uma visão mais humana e relacional do cuidado a prestar ao idoso e como objetivos específicos, fomentar uma leitura relacional da relação entre auxiliares e idosos; fomentar uma visão empática procurando que as auxiliares compreendam os sentimentos do idoso; promover a dimensão da escuta ativa e a importância da comunicação não-verbal na relação com os idosos.

4.1.2. Estratégias de intervenção

A presente ação de formação foi destinada às auxiliares do centro de dia e SAD porque ambas estão em contato com idosos, embora em contextos diferentes. Por questões relacionadas com o funcionamento interno do Centro Social Cultural e Recreativo Abel Varzim e pelo facto das formandas frequentemente não aderirem a atividades extralaborais, a ação de formação foi implementada em sessões mensais de 60 minutos e foi composta por apenas três sessões, tendo sido realizada nos meses de Março, Abril e Maio.

4.1.3. Descrição das sessões¹

A primeira sessão teve como objetivo fomentar uma leitura relacional da relação entre auxiliares e idosos. A sessão foi iniciada com a apresentação de um breve PowerPoint (consultar anexo XII) e aplicação de um questionário às formandas

¹ As sessões da presente ação de formação encontram-se descritas de forma pormenorizada no anexo XI.

(consultar anexo XIII) com o intuito de verificar se possuíam conhecimentos sobre os temas a abordar. Após esta breve apresentação, realizou-se um debate através do qual se pretendeu fomentar a leitura relacional da relação entre as auxiliares e os idosos. Esta atividade pretendeu sensibilizar estas profissionais para as trocas simbólicas do *dom/débito* existentes entre elas e os idosos, isto é, que não são apenas elas que dão algo aos utentes enquanto cuidadoras, mas que também recebem gratidão por parte dos mesmos, pelos cuidados que lhes prestam. Para além desta retribuição, a teoria do *intercâmbio simbólico* (Scabini & Cigoli, 2000) defende que os prestadores de cuidados informais adquirem novas aprendizagens e desenvolvem o seu crescimento pessoal. Esta ideia foi também discutida/explorada ao longo do debate. De forma a orientar o mesmo e a avaliar a aquisição de conhecimentos sobre os temas abordados por parte do público-alvo, foi criada uma grelha de observação (consultar anexo XIV).

A segunda sessão teve como objetivo fomentar uma postura empática junto das formandas nas suas relações com os idosos, utilizando a dinâmica “ A tua postura na relação com os outros” (consultar anexo XI). Esta atividade foi realizada com o intuito de sensibilizar as participantes para a importância de se colocarem no lugar do idoso antes de responder de determinada forma a um pedido do mesmo, para que possam compreendê-lo melhor.

Por último, a terceira sessão teve como objetivo promover a dimensão da escuta ativa e a importância da comunicação não-verbal na relação com os idosos, utilizando para tal dois tipos de dinâmicas: um *role-playing* e um exercício de fotolinguagem (consultar anexo XI). A primeira dinâmica foi implementada com o intuito de consciencializar as auxiliares para a importância que a escuta ativa e a comunicação não-verbal assumem nos pedidos de ajuda dos utentes, uma vez que ao escutá-los ativamente e ao prestar atenção à comunicação não-verbal, elas poderão melhorar a ajuda concedida, manifestando a sua presença real e emotiva. Por sua vez, a segunda dinâmica foi realizada com o intuito de sensibilizar o público-alvo para a importância da comunicação não-verbal e para o facto de que todo o comportamento humano comunica, independentemente da sua intencionalidade, isto é, que qualquer atividade ou inatividade, uma palavra ou o silêncio, um gesto ou a ausência do mesmo, possuem todos o valor de mensagem.

Por último, foi realizada a conclusão da presente ação de formação com o auxílio de um PowerPoint (consultar anexo XVI), de forma a sintetizar os conteúdos abordados ao longo da mesma e consequentemente refletir sobre a pertinência da ação de

formação. Foi ainda aplicado o mesmo questionário que na primeira sessão com o intuito de comparar as respostas obtidas, e, consequentemente, verificar o sucesso ou insucesso da presente ação de formação.

4.1.4. Reflexão sobre a ação de formação

Para avaliar o sucesso da intervenção tivemos em consideração os questionários aplicados na fase inicial e final da ação de formação e todos os comentários das formandas recolhidos ao longo da formação. Pensámos desta forma a partir de um instrumento de avaliação formal e da informação recolhida ao longo da formação, conseguir realizar uma análise mais detalhada sobre o impacto desta atividade nas formandas.

Não se verificou a total adesão das participantes, uma vez que algumas formandas demonstraram dificuldades em compreender o real impacto deste tipo de formação na melhoria dos serviços da instituição, e outras não terem por hábito participar em atividades extralaborais. Neste sentido, em futuras ações de formação será importante fomentar uma maior consciencialização prévia da equipa sobre a importância destas ações.

Um dos objetivos específicos desta proposta de intervenção, nomeadamente a fomentação de uma leitura relacional da relação entre auxiliares e idosos, não foi concretizado uma vez que as participantes têm uma perspetiva divergente daquela que é defendida pela teoria no que toca ao papel de cuidador. A alteração desta ideia não foi conseguida ao longo da formação, uma vez que as formandas sentem que o seu papel de cuidadora não é reconhecido pelos idosos do centro de dia, considerando inclusive que alguns idosos são ingratos para com elas. Apesar de se tentar mudar esta conceção, demonstrando-lhes que existem várias formas de gratidão para além da expressa através da palavra, estas mantiveram a sua posição. Pensamos que, provavelmente, esta ideia seja fruto da dificuldade das formandas na identificação de gestos/ atitudes que sejam tidos como sinais de gratidão, podendo esta estar relacionada, por sua vez, com a forma como percebem a relação idoso/cuidador.

Contudo, os restantes objetivos foram alcançados com sucesso tendo em conta que as colaboradoras consideram a dimensão da escuta ativa, da empatia e da comunicação não-verbal muito importantes na sua relação com os idosos e demonstraram ter intenção de alterar o seu comportamento/postura de acordo com os conhecimentos adquiridos ao longo da formação. Para além de ter tido um caráter

formativo, esta ação de formação teve sobretudo como objetivo criar um espaço de discussão e reflexão, o que contribuiu para o seu impacto positivo. O facto de serem cuidadoras formais de idosos, de em alguns casos, serem inclusive as figuras de referência do/a idoso/a (quando existe a ausência da família), e de frequentemente lidarem com situações de perda ou doença prolongada, suscita nestas profissionais uma elevada sobrecarga emocional. Estes motivos justificam o facto de o espaço de reflexão criado ao longo da formação ter sido tão importante e significativo para elas.

Ao longo da realização desta ação sentimos que o instrumento utilizado (consultar anexo XIII) para realizar a avaliação final desta proposta de intervenção não foi o mais adequado, tendo em conta que não nos permitiu aceder aos significados atribuídos pelas formandas aos temas explorados, sendo precisamente um dos nossos objetivos aquando da avaliação final da ação de formação. Neste sentido, acreditamos que em futuras intervenções, será mais adequado utilizar um *Focus Group* ou acrescentar uma dimensão discursiva (por exemplo, uma entrevista) ao questionário utilizado (consultar anexo XIII) para avaliação final da proposta de intervenção.

A realização desta atividade contribuiu positivamente para a formação profissional da estagiária enquanto futura psicóloga. Permitiu a aplicação dos conhecimentos adquiridos ao longo da formação académica ao contexto de estágio, contribuindo para a sua melhor compreensão; facilitou a aquisição de competências ao nível da expressão oral, da interação/intervenção em grupo bem como da experiência no âmbito da organização e orientação de ações de formação. Finalmente, esta atividade contribuiu ainda para a melhoria dos serviços prestados pela instituição aos idosos.

Acresce-se o facto da realização desta ação de formação constituir uma experiência enriquecedora para a formação profissional e pessoal da estagiária, uma vez que lhe permitiu ajudar profissionais alvo de uma sobrecarga emocional elevada às quais não é oferecido nenhum tipo de apoio.

Em suma, esta proposta de intervenção permitiu concluir à estagiária que é fundamental disponibilizar um apoio psicossocial às colaboradoras das valências da 3ª idade, devido ao desgaste emocional que esta profissão proporciona, tendo sido a ausência do mesmo identificado como uma lacuna existente neste contexto institucional.

4.2. Ação de formação 2: “O trabalho de um psicólogo da família numa IPSS”

4.2.1. Fundamentação teórica

A teoria geral dos sistemas elaborada pelo biólogo Bertalanffy (1971 cit in Andolfi, 2003b), a partir dos anos 30 foi criada para superar o modelo mecanicista de causalidade linear (modelo psicanalítico, intrapsíquico) que centra a sua atenção apenas no sujeito e na relação de causa e efeito. Pelo facto deste modelo não ter em consideração o contexto familiar e social do indivíduo, Bertalanffy propôs um modelo de causalidade circular (em que para cada efeito existem várias causas e para uma causa existem vários efeitos) que ao contrário do anterior, centra a sua atenção nas complexas interações entre as partes e as avalia globalmente nas suas relações recíprocas. O conceito central desta nova conceção, é a ideia de circularidade em oposição à ideia de causalidade linear. O interesse do observador deixa de se centrar nos fenómenos separados e passa a centrar-se no “todo organizado”.

A perspectiva sistémica adota um ponto de vista amplo pois vê o mundo em função da interdependência (da família, do meio social, muito mais do que apenas a relação dual) e da interrelação de todos os fenómenos e dentro deste marco de referência considera um sistema como um todo integrado cujas propriedades não se podem reduzir às suas partes pois encontram-se no todo. As ações e comportamentos de um dos membros influenciam e simultaneamente são influenciados pelos comportamentos de todos os outros. A introdução da perspectiva sistémica no estudo da família deve-se ao grupo de Palo Alto (1951 *cit. in* Elkaim, 1998). O modelo proposto por estes teóricos foca a sua atenção nos aspetos observáveis da comunicação/comportamento do aqui e agora. O seu objetivo consiste em fazer corresponder um determinado modo de comunicar a uma sintomatologia específica, tendo como propósito ajudar as pessoas a melhorar a sua comunicação. No que concerne ao grupo de Palo Alto é importante referir que foi Haley (1959 *cit. in* Andolfi, 2003b) quem ampliou o quadro de observação, considerando a interação não unicamente como uma situação comunicativa diádica mas como um modelo descritivo de um sistema familiar no qual interagem três protagonistas, sendo eles, duas pessoas que comunicam e o tempo que define a relação (Calil, 1987; Scabini & Cigoli, 2000).

O modelo sistémico considera a família como um sistema em que os seus elementos se encontram de tal forma ligados entre si que o funcionamento de cada um deles afeta automaticamente os restantes (Bowen, 1991). De acordo com esta perspetiva, os sintomas aparecem cada vez mais como um sinal de mal-estar relacional de toda a família, que parece comunicar deste modo a existência de um conflito entre continuidade e mudança (face a um acontecimento, a família continuará a ser a mesma, ou tentará mudar e adaptar-se a esse acontecimento?); entre vínculos de pertença e necessidade de individualização (se os membros da família conseguem diferenciar o seu self/ se existe fusão entre pais e filhos) por parte de cada membro que compõe a família. Deste modo, o sintoma adquire novos significados. Já não expressa a manifestação de um mal-estar individual mas um mal-estar que está relacionado com uma organização disfuncional do sistema na sua totalidade. O indivíduo sintomático converte-se assim no portador do sintoma presente naquela família que apresenta dificuldades relacionadas a nível de crescimento e de evolução (Elkaim, 1998).

Como vimos anteriormente, o modelo sistémico baseia-se na interação no aqui e agora considerando o indivíduo como uma “caixa negra” no que concerne à sua subjetividade, aos seus pensamentos, emoções, motivações, expectativas etc. Isto significa que a sua observação se reduz exclusivamente aos aspetos pragmáticos da comunicação esquecendo-se que o ser humano tem um passado, um presente e um futuro próprio de significados. Por este motivo, os teóricos relacionais (Nagy, 1969; Bowen, 1979; Cigoli, 1983; Whithaker, 1989 *cit. in* Andolfi, 2003b) deram continuidade à tradição psicanalítica dirigindo a sua atenção aos aspetos subjetivos e históricos da família e portanto valorizando o desenvolvimento individual no seio da mesma. Não só consideram a família como um sistema, como estudam o desenvolvimento de cada membro no seio da mesma, tendo em consideração o fator tempo, ou seja, o passado, presente e futuro. Neste sentido, o tempo é reintroduzido no sistema. Os teóricos relacionais, assim como os de Palo Alto (Elkaim, 1998) deixaram a ortodoxia psicanalítica não para abandoná-la mas para ampliá-la, sendo a eles que se deve o estudo pioneiro a família em termos históricos e intergeracionais. Para estes autores, a subjetividade individual jamais será esquecida para estudar o sistema familiar na sua totalidade.

Em suma, o modelo teórico de referência da psicologia da família é considerado relacional sistémico e simbólico graças ao contributo de todos estes autores. É sistémico pelo facto de considerar a família como sistema em que os seus membros estabelecem

uma relação tão forte entre si, que o funcionamento de cada um deles afeta automaticamente os restantes (Elkaim, 1998). É relacional e simbólico pelo facto de introduzir o fator tempo, ou seja, considera o passado, presente e futuro. Não se baseia apenas na observação da interação do aqui e agora mas tem em consideração as relações que estão por detrás dessas interações. O modelo relacional permite-nos assim compreender que as famílias de origem têm um papel muito importante na constituição da nova família, uma vez que, esta lhe transmite os seus valores, mitos e tradições, que serão por sua vez transmitidos aos filhos que nascerão no seio da mesma. Daí o facto tempo do passado, presente e futuro.

Posto isto, a presente ação de formação teve como objetivo geral dar a conhecer o modelo teórico de referência da psicologia da família e demonstrar a sua aplicabilidade nas diversas valências existentes no CSCRAV. Para tal foi realizado um levantamento de necessidades em cada valência de forma a que cada caso clínico apresentado ilustrasse a aplicabilidade da abordagem supracitada e elementos teóricos apresentados na formação fossem de acordo com as necessidades de cada valência. Além da apresentação do caso clínico, a sessão para os técnicos do CAT incluiu ainda a apresentação de um instrumento intitulado *a Dupla lua* (Greco, 2004) dada a sua pertinência no processo de intervenção para com o público-alvo desta valência. Por sua vez, foi apresentado um outro instrumento intitulado de *Genograma* à valência da 3ª idade pelos mesmos motivos referidos anteriormente.

4.2.2. Estratégias de intervenção

A presente ação de formação foi destinada a toda a equipa técnica da instituição. Embora inicialmente tivesse sido planificada uma sessão para cada valência (consultar anexo XVIII, XIX, XX) devido a fatores internos relacionados com a organização institucional, apenas duas delas foram realizadas. Com efeito, as dinâmicas institucionais bem como a falta de recursos humanos e a indisponibilidade para melhorar a sua formação por parte de alguns técnicos, comprometeram a realização das sessões destinadas à infância, ATL e RSI. Tendo isto em consideração apenas foram realizadas a ação de formação com a valência da 3ª idade e do CAT. De forma a não interferir com o funcionamento interno do CSCRAV foi realizada apenas 1 sessão de 60 minutos para cada valência nos meses de Junho e Julho.

Dadas as limitações do relatório de estágio em termos de tamanho do texto, o caso clínico de ambas as sessões foram colocados em anexo, constando apenas do corpo

de texto a fundamentação teórica e a intervenção do/a psicólogo/a da família face às problemáticas existentes e reflexão final sobre esta atividade.

4.2.3. Descrição das sessões

4.2.3.1. Fundamentação teórica da sessão dirigida à equipa técnica do CAT e consequente intervenção do/a psicólogo/a da família

Após ter sido realizado o levantamento das problemáticas existentes na valência do CAT junto da sua equipa técnica, concluímos que a maioria dos menores institucionalizados é proveniente de famílias multiproblemáticas, caracterizadas pela presença de um ou mais sintomas sérios e graves de longa duração e forte intensidade, em que a violência, o abuso de substâncias, a negligência e outros sintomas severos coexistem por longos períodos de tempo, apresentando tendência para o caos e desorganização (Linares, 1997; Weizman, 1985, *cit. in* Sousa, 2005)

Para ir de encontro às necessidades presentes nesta valência, o caso clínico apresentado (consultar anexo XXI) retratava a história de uma menor cuja guarda foi retirada aos pais por se encontrar numa situação de perigo, pelo facto destes serem negligentes, de existir violência doméstica e do pai apresentar problemas de adição de substâncias, problemáticas já existentes na família de origem dos progenitores.

Neste tipo de situação, a intervenção do/a psicólogo/a da família teria como objetivos compreender a transmissão intergeracional quer do alcoolismo, quer da violência doméstica e consciencializar a família para a necessidade de mudar a sua postura perante a vida com o intuito de reunir condições emocionais e relacionais para recuperar a guarda da filha.

Segundo Cancrini, Gregorio e Nocerino (1997), é pouco frequente que as famílias multiproblemáticas nunca tenham tido contato com os serviços sociais, tendo por este motivo a postura do técnico que as acolhe uma influência significativa no sucesso da intervenção. Caso a família sinta que estes serviços estabelecem algum juízo de valor a seu respeito, dificilmente aceitará ser ajudada. De forma a ultrapassar esta dificuldade, é fundamental que o psicólogo/a da família, demonstre à família numa fase introdutória que não irá nem julgá-la, nem estabelecer juízos de valor a seu respeito e que o seu objetivo enquanto profissional desta área é precisamente ajudá-la a criar condições emocionais e relacionais para que possa reaver a guarda da sua filha, potenciando desta forma o estabelecimento da relação entre psicólogo/a e família.

Os serviços destinados a intervir sobre as famílias pobres, apesar de exequíveis e bem intencionados, são muitas vezes deficitários, pois geralmente estão fragmentados e não atuam de forma coordenada, logo são menos eficazes do que poderiam ser; como as intervenções estão centradas nos indivíduos e nos problemas individuais, não aproveitam os recursos curativos que podem apresentar às famílias e às comunidades (Sousa, Hespanha, Rodrigues & Grillo, 2007).

Segundo Colapinto (1995, *cit. in* Sousa, 2005) a transformação nestas famílias é dificultada, por um lado, pela natureza involuntária do tratamento, apesar de se dirigirem às instituições para solicitar apoio económico ou habitacional, (não solicitam suporte para os problemas que experienciam enquanto família); por outro lado, pela fragilidade da sua vida interacional constituir um obstáculo à intervenção no sentido da mudança, uma vez que esta assenta na disponibilidade dos sujeitos e do próprio sistema familiar.

A particularidade mais visível destas famílias é a comunicação desorganizada e caótica (Minuchin., 1967, *cit. in* Sousa, 2005), centrada nas vivências emocionais, pouco capaz de se distanciar e refletir sobre as ocorrências. Esta tipologia de família revela ainda uma elevada intolerância à frustração e incapacidade de negociação, a sua fragilidade é visível através, quer da saúde física, quer do bem-estar emocional; vivem em situações de violência, alcoolismo, têm habitações precárias e trabalham em tarefas indiferenciadas. A presença destas características faz com qualquer pequeno problema que surja seja considerado uma tragédia devido ao contexto problemático e aos poucos recursos para os ultrapassar (Sousa, Hespanha, Rodrigues & Grillo, 2007).

Ainda ao nível da comunicação, estas famílias apresentam uma pobreza emocional das mensagens e falta de diretividade e clareza, tendencialmente a mensagem é vaga e não dirigida à pessoa alvo (Sousa, 2005). Apesar destas famílias estarem em risco de produzirem sintomas de desintegração, têm recursos e competências, que são difíceis de identificar e de valorizar pelos elementos externos. É comum o reconhecimento de que os pais amam os filhos, embora sejam incompetentes na execução das tarefas, porque não sabem fazer melhor devido aos modelos inconsistentes que tiveram. É também comum a existência de reservas de lealdade e dependência, sentindo-se unidos à sua maneira. No interior do sistema é possível identificar a ativação de alguns mecanismos de reparação (Linares, 1997), por exemplo, um desentendimento no casal pode abrir caminho para mecanismos protetores dos filhos. Outras potencialidades podem ser a existência de algum elemento com emprego fixo,

um rendimento fixo e razoável do agregado, uma habitação com condições adequadas (Sousa, 2005).

Posto isto, seria pertinente explorar como os diferentes elementos da família comunicam, refletindo assim sobre o padrão de comunicação do sistema familiar. Ao suscitar esta reflexão, o trabalho do/a psicólogo/a passará por auxiliar a família a melhorar o caos comunicacional existente, demonstrando-lhe por exemplo, através da técnica do *role-playing* qual o tipo de comunicação que deve existir numa família para que esta seja funcional. Para alcançar esta funcionalidade nos processos de comunicação é necessário incluir-se a clareza, ou seja, a emissão de mensagens claras e consistentes, quer por palavras quer por ações; e o esclarecimento de informações ambíguas. Deve privilegiar-se expressões emocionais “abertas” onde os sentimentos são partilhados, por exemplo, de felicidade e dor, esperança e medo; deve existir empatia nas relações, procurando tolerar as diferenças; cada um deve assumir as responsabilidades pelos próprios sentimentos e comportamentos, sem demandar um “culpado”; as interações devem ser prazerosas e bem-humoradas. Por fim a importância de colaborar na solução dos problemas, procurando identificá-los, assim como os stressores e as opções; as ideias devem ser exploradas com criatividade; a tomada de decisão deve ser partilhada, havendo negociação, reciprocidade e justiça; o foco da família deve estar centrado nos objetivos, sendo necessário dar passos concretos e aprender através dos erros; a postura deve ser sempre pró-ativa, ou seja, investir na prevenção dos problemas, na resolução das crises e na preparação para futuros desafios (Sousa, Hespanha, Rodrigues & Grillo, 2007).

No que toca à estrutura destas famílias, a conjugalidade caracteriza-se pelas desarmonias fortes, evidentes no quase permanente conflito entre os elementos do subsistema conjugal, devido à difusão dos limites e à enorme labilidade afetiva dos mesmos. A parentalidade está associada à conjugalidade, assim os filhos apresentam falhas na segurança básica e interiorizam modelos inseguros de vinculação, que lhes dificultam a verdadeira autonomização e a tranquila exploração do meio. Assim, a sua socialização é deficitária, demonstrando ausência de proteção face ao exterior e de normalização, potenciando conflitos com o meio, vivem num círculo de abandono e falta de cuidados (Sousa, 2005).

Assim, a intervenção do/a psicólogo/a deve incidir sobre o modo como cada elemento percebe as relações familiares, sobretudo em termos de direitos, deveres e fronteiras. A realização deste exercício permitirá ao profissional tomar consciência das

lacunas existentes em termos relacionais, para posteriormente auxiliar a família a delinear o papel de cada elemento da família.

A intervenção junto destas famílias implica também trabalhar a sua *resiliência* que pode definir-se como a capacidade de uma pessoa sair fortalecida da adversidade e com mais recursos. Trata-se de um processo ativo de resistência, autocorreção e crescimento como resposta às crises e aos desafios da vida (Walsh, 2004). Por *resiliência familiar*, entende-se os processos de superação e adaptação que têm lugar na família como unidade funcional.

Para fomentar a resiliência familiar, o/a psicólogo/a deverá considerar o otimismo aprendido, pois não é pretendido que as famílias considerem que as suas ações são fúteis e que nada do que fazem importa, isto faria com que deixassem de tomar a iniciativa e se tornassem passivas, dependentes e desesperançadas. É importante que ao longo da intervenção, o/a psicólogo/a sensibilize a família para a importância de considerar as suas conquistas como resultado dos seus esforços, recursos e capacidades; quando se comete erros estes são encarados como ensinamentos e não como derrota. Os indivíduos que mantêm tendências seletivas positivas acerca das situações stressantes tendem a desempenhar melhor os seus papéis do que aqueles que tem uma compreensão árdua de uma realidade que pode ser deprimente. As ilusões positivas dos primeiros levam-nos a conservar a esperança frente a uma crise e permite-lhes dedicar os seus melhores esforços a superar as contrariedades.

São vários os fatores que contribuem para a resiliência dentro das famílias. A coesão familiar; a qualidade do relacionamento entre pais e filhos; o envolvimento paterno na educação da criança e as práticas educativas envolvendo afeto, reciprocidade e equilíbrio de poder favorecem o desenvolvimento de crianças e adolescentes (Bronfenbrenner, 1979/1996; Hawley & DeHaan, 1996; Tamis-LeMonda & Cabrera, 1999, *cit. in* Cecconello, 2003), daí a pertinência da exploração de todos estes temas. Ao trabalhar o padrão de comunicação e as relações familiares, o/a psicólogo/a contribuirá diretamente para o alcance das características supracitadas pois estes constituem a base de todas elas.

Segundo Walsh (2004) a resiliência na família apresenta processos chave que são os seguintes: o sistema de crenças, os padrões de organização e os processos de comunicação.

Os sistemas de crenças são a essência do funcionamento familiar e constituem forças poderosas na resiliência, daí a pertinência da sua presença no processo de

intervenção. Em famílias como estas, é importante que o/a psicólogo/a explore a forma como o sistema familiar lida com a crise passando pelo sentido que dá à experiência, ou seja, relacionando-a com o mundo social, com as crenças culturais e religiosas, com o passado transgeracional e com as esperanças e sonhos para o futuro. A forma como as famílias visualizam os seus problemas e as suas opções pode determinar se impera a superação e o domínio ou a disfunção e o desespero, daí a pertinência da sua abordagem ao longo da intervenção. Os sistemas de crenças, em linhas gerais, incluem valores, convicções, atitudes, tendências e suposições, que se unem para formar um conjunto de premissas básicas que desencadeiam reações emocionais, determinam decisões e orientam cursos de ação.

No sistema de crenças inclui-se a atribuição de sentido à adversidade, ou seja, como é que a família valoriza as relações interpessoais e o sentido de pertença; como é que os stressores são contextualizados como fazendo parte do ciclo de vida da família; a forma como a família dá coerência às crises e as aceita como desafios administráveis; e a perceção da situação de crise onde as crenças podem ser facilitadores ou constrangedores, sendo por isso fundamental que o/a psicólogo/a explore todas estas dimensões ao longo da intervenção. Torna-se também pertinente sensibilizar a família para a importância de olhar positivamente para as crises, onde está patente a iniciativa e a perseverança; a coragem e o encorajamento focando o seu potencial. A esperança e o otimismo também são cruciais neste processo, o/a psicólogo/a também deve explorar junto da família se confia na possibilidade de superar a adversidade; questionando-a sobre o que é possível confrontar e aceitando o que não é possível ser mudado. Por fim a transcendência e a espiritualidade assumem um papel importante ao nível dos valores, propostas e objetivos de vida; a fé, a comunhão e os rituais remetem para a espiritualidade; a inspiração leva à criatividade e à visualização de novas possibilidades; a transformação implica aprender e crescer através das adversidades, sendo por isso um tema importante a ser explorado por parte do/a psicólogo/a ao longo da intervenção (Souza, Althoff, Ribeiro & Elsen, 2006).

Relativamente aos padrões de organização, o/a psicólogo/a deve explorar a flexibilidade que inclui a capacidade para as mudanças do sistema familiar através da reformulação, reorganização e adaptação; e a estabilidade como sentido de continuidade e de rotinas. Também importa explorar a coesão da família que se refere ao apoio mútuo, colaboração e compromisso; à existência de respeito pelas diferenças, necessidades e limites individuais; um sentido de forte liderança, na medida em que se

deve proteger e guiar as crianças e membros vulneráveis; e ainda a busca de reconciliação e reunião em casos de relacionamentos problemáticos. Em casos como estes, torna-se pertinente ainda explorar os recursos sociais e económicos, como a mobilização da família alargada e da rede de apoio social; a construção de uma rede de trabalho comunitário, em que a família trabalha de forma unida; e a construção de uma segurança financeira onde se procura o equilíbrio entre trabalho e exigências familiares (Sousa et al., 2007).

Posto isto, vemos que para ajudar estas famílias é fundamental considerar os recursos que elas têm disponíveis para evoluir. Neste sentido podemos pensar no conceito de *empowerment* que trabalha as potencialidades e os aspetos positivos da família, ultrapassando os modelos centrados nas fragilidades e problemas do sistema familiar (Souza, et al 2006) e aqueles que se limitam a “ensinar” práticas parentais, sem um envolvimento ativo das próprias famílias.

O processo de *empowerment* conduz a uma passagem de sentimentos de impotência para o de competência participativa, através da exploração dos seguintes temas por parte do/a psicólogo/a: mobilização, empenho e sustentação, integração e rotina e por último convicção e paciência ardente. Para explorar a mobilização, o/a psicólogo/a deverá através da vivência de algo como rutura e na perceção de contradições insuportáveis, despertar os elementos da família para reagirem, mobilizando-as para a ação. Para trabalhar o empenho e a sustentação, a intervenção deverá passar por favorecer a evolução para um empenho estável recorrendo a grupos ou pessoas, sustentando as descobertas das capacidades e competências após uma primeira fase considerada crítica. Para explorar a integração e rotina, o/a psicólogo/a deverá ajudar a família a contextualizar criticamente, podendo levar à renúncia de referências conhecidas, o que cria conflitos e exige a aprendizagem de novos papéis. Por último, para trabalhar a convicção, o/a psicólogo/a deverá sensibilizar os elementos da família para o facto destes constituírem requisitos essenciais para a manutenção das conquistas, onde se incluem estratégias de médio e longo prazo para se desenvolver um processo de motivação, avaliação crítica e renovação (Souza, et al., 2006).

O enfoque do *empowerment* nas famílias não é muito comum, porém, há autores que o fazem propondo o modelo originalmente desenvolvido por Dunst, Trivette, Deal, (1995, cit. in Souza, et al., 2006) que recomenda como princípios para a intervenção, alguns aspetos fundamentais, tais como: o foco nas necessidades, aspirações e desejos da família; a utilização dos estilos de funcionamento presentes nas famílias centrados

nas forças e capacidades da família para promover a habilidade desta em mobilizar recursos. Além disto, é necessário que o/a psicólogo/a assegure a disponibilidade e adequação dos recursos no atendimento das necessidades da família, a partir do fortalecimento da rede social e da utilização de fontes potenciais de ajuda na comunidade, assim como é necessário fortalecer a habilidade da família em tornar-se mais autossustentável a atender às suas necessidades. Desta forma pretende-se que estas famílias se tornem competentes e capazes, ao invés de criarem dependências dos profissionais e dos sistemas de ajuda (Souza, et al. 2006).

Na intervenção com este tipo de famílias, a aplicação do instrumento intitulado *Dupla Lua* (Greco, 2004) (consultar anexo XX) poderá tornar-se pertinente uma vez que constitui um ótimo recurso para aceder às representações familiares em termos de limites e fronteiras. Com a aplicação deste instrumento será possível ter acesso ao modo como cada um se representa perante as pessoas que lhe são significativas, e consequentemente se posiciona no sistema familiar, o que nos possibilitará explorar/trabalhar os sentimentos de pertença nestas famílias.

Assim, a meta deste tipo de intervenção não é o controlo do profissional sobre os sistemas, mas promover as capacidades da família. É também importante considerar a comunicação que se estabelece com a família, devendo ser de respeito, dignidade e confiança, onde se privilegia a escuta ativa e reflexiva; para além da comunicação importa também manter uma postura centrada na honestidade, transparência e humildade (Souza, et al. 2006).

4.2.3.2. Fundamentação teórica da sessão dirigida à equipa técnica das valências da 3ª idade e consequente intervenção do/a psicólogo/a da família

Assim como sucedeu com o CAT, também foi realizado um levantamento das problemáticas existentes nas valências da 3ª idade junto da sua equipa técnica. Para ir de encontro às mesmas, o caso clínico apresentado (consultar anexo XXIII) retratava a história de uma família cuja mãe ficou numa condição de dependência após a ocorrência de um AVC.

Segundo Alarcão (2002) e Sousa, Figueiredo e Cerqueira (2004), a intervenção e a terapia familiar são uma abordagem pertinente em situações de crise familiar cujo “paciente identificado” seja um dos elementos mais velhos do sistema ou sempre que a família se mostre preocupada com o processo de envelhecimento, revelando dificuldade em aceder aos recursos internos do sistema. Uma família deverá recorrer à terapia

familiar sempre que não sabe as estratégias a usar ou usa as mesmas face às diferentes mudanças, mostrando-se ineficazes para resolverem os problemas ou diminuir a ansiedade e o *stress* dos elementos da família.

Num caso como o supracitado, a intervenção do/a psicólogo/a da família teria como objetivos ajudar os filhos a tomarem consciência das necessidades de dependência da mãe de forma a desencadear movimentos de proteção no grupo familiar e auxiliar a idosa no processo de integração da sua condição de dependência. A intervenção deste profissional passaria ainda numa fase introdutória por demonstrar à família que não irá nem julgá-los, nem estabelecer juízos de valor a seu respeito, que compreende as dificuldades pelas quais estão a passar e que o seu objetivo enquanto psicólogo/a é ajudá-los a criar condições para alcançar o seu bem-estar e o do idoso, potenciando desta forma o estabelecimento da relação entre psicólogo/a e família. Este discurso é muito importante uma vez que permitirá que o profissional se aproxime da família e crie com ela uma relação empática, tendo esta uma influência positiva no sucesso terapêutico (Rebelo, 2007).

Após esta fase introdutória, a intervenção passará por identificar os temas familiares presentes no discurso dos diferentes elementos da família (como por exemplo: “a mãe é forte; somos uma família que sempre resolveu os seus problemas; se nos unirmos todos vamos ultrapassar isto, a união faz a força”). Estas representações são dispositivos organizadores das dinâmicas familiares e funcionam como discursos internos que regulam comportamentos, podendo ser utilizados pelo psicólogo para entrar no sistema, explorando desta forma temas delicados e não abordados pelos membros da família, como por exemplo regras instituídas que poderão ter sido eficazes no passado mas que necessitam ser reformuladas no presente (Mitrani & Czaja, 2000; Qualls, 1996; Zarit & Zarit, 1982). Para explorar estes temas, o/a psicólogo/a poderá fomentar o debate junto do sistema familiar, utilizando por exemplo uma questão (“O que mudou na vossa vida esta condição de dependência repentina da vossa mãe?”), com o intuito de compreender os significados atribuídos ao problema por parte de cada elemento da família e consequentemente trabalhá-los.

No caso apresentado, também seria pertinente explorar a forma como os diferentes elementos da família contam a história do “paciente identificado”, sendo este aspeto particularmente importante quando o idoso se encontra numa condição de dependência. Penn (2001 *cit. in* Rebelo, 2007), defende que em casos como este, o idoso sente necessidade de conversar mais sobre a sua condição mas alguém da família

o impede, circunstância que gera um paradoxo. Vários elementos da família vivem entre o dilema de falar e não-falar, sendo que os acontecimentos não falados têm uma grande importância na construção de significados. Na verdade, a dependência condiciona a vida, quando o corpo está ameaçado e as conversas impedidas. Perante esta situação, o trabalho do/a psicólogo/a passaria por quebrar o silêncio e auxiliar os elementos da família a lidar com sentimentos sobre os quais sentem dificuldade em conversar, recorrendo por exemplo a técnica do *role-playing* na qual poderá ser representada uma situação divergente à vivida no momento mas igualmente delicada. A representação de uma situação como esta, permitirá a/o psicólogo/a compreender o modo como o sistema familiar reage perante assuntos que lhe são delicados, para posteriormente o poder ajudar a ajustar-se a esse tipo de situações, como por exemplo que o mais adequado é que a família converse sobre elas e não que oculte a sua presença (Rebelo,2007).

Tendo em conta que uma condição de dependência repentina suscita junto dos elementos da família a prestação de cuidados informais e consequentemente uma inversão dos papéis familiares em que os filhos cuidam dos pais, a intervenção do/a psicólogo/a da família também deverá passar por intervir junto de conflitos passados não-resolvidos. Para intervir junto deste tema, o profissional poderá recorrer à utilização de questões designadas por Andolfi (2003a) como perguntas *time-free*, que consistem em pegar em aspetos relacionais do presente e transportá-los para o passado, com o intuito de refletir acerca das relações familiares antes e depois do acontecimento que gerou o conflito. Esta reflexão permitirá que os elementos da família compreendam a dimensão do conflito e consequentemente o impacto que a existência do mesmo tem nas suas vidas. Porém, este tipo de intervenção será de carácter mais prolongado devido à sensibilidade do tema e a possível necessidade de perdoar mágoas do passado.

Quando a relação com um elemento mais velho, nomeadamente em situações como a supracitada é mediada por processos pessoais e/ou familiares mal resolvidos (sobretudo os movimentos de separação-individação) é natural que o reencontro geracional seja pautado por conflitos mais ou menos graves (incluindo violência sobre o idoso), até porque as posições de “poder” estão aparentemente invertidas. Em casos como este, é frequente que durante as discussões familiares surjam os fantasmas do passado, na medida em que as imagens que cada um guarda dentro de si (sobre si e sobre os outros) podem não ter sido apagadas e perdoadas (Rebelo,2007).

Com o decorrer do processo de envelhecimento, é possível que os mais velhos se coloquem numa posição de dependência, solicitando de forma progressiva o apoio dos

mais novos, o que suscita algumas mudanças nem sempre fáceis de aceitar no sistema familiar. Contudo quando se trata de uma situação inesperada, a dificuldade de aceitação é maior, uma vez que a família não teve oportunidade de se preparar para o acontecimento. Isto verifica-se quer porque os mais novos “fingem” que não veem os pedidos implícitos dos mais velhos, quer porque estes não admitem a intrusão dos mais novos num espaço que lhes é reservado (por exemplo na esfera económica) (Rebelo,2007). Neste caso, o papel do/a psicólogo/a da família passaria por esclarecer as relações familiares, utilizando a técnica do genograma (Cardinali, 2003), instrumento apresentado à técnica das valências da 3ª idade pelo facto de lhe ser desconhecido (consultar anexo XXIV). A utilização deste instrumento é bastante pertinente em casos como este, uma vez que nos permite aceder através da representação gráfica, às ligações, às alianças, às coligações, nos permite identificar mitos, papéis e regras familiares. Convém ainda referir, que durante a exploração do genograma, é comum que os elementos presentes na sessão fiquem entusiasmados e elaborem comentários e interpretações que devem ser cuidadosamente explorados pelo/a psicólogo/a. Este/a deve estar particularmente atento/a às metáforas negativas sobre a velhice (dependência, personalidades reprimidas) de forma a despromover os velhos mitos e regras para que a família possa construir uma nova autoimagem.

Em casos de dependência repentina dos pais, também é importante que o/a psicólogo/a auxilie a família a planear respostas e tomadas de decisão face aos problemas emergentes. Durante um longo período da vida familiar, os mais novos podem experimentar uma “autonomia plena”, na medida em que os mais velhos se encontram independentes e funcionais, tratando-se de um período em que as ligações familiares se estabilizam. À medida que os mais velhos se tornam mais dependentes, é importante que os mais novos identifiquem e compreendam a exigência de uma maior interdependência, não só entre gerações (pais-filhos) como também intra-gerações (irmãos). De forma a alcançar o objetivo supracitado, o/a psicólogo/a poderá ajudar os elementos da família a reorganizar as suas vidas, nomeadamente, demonstrando-lhes o que é mais vantajoso para alcançar o bem-estar de todos (idoso e respetivos filhos). Para tal, a estratégia de intervenção poderá passar pela reunião de todos os elementos de forma a debater este tema e consequentemente encontrar soluções para o resolver (Rebelo,2007).

Desta forma, quando se assiste a um processo de deterioração cognitiva, o objetivo da intervenção psicoterapêutica circunscreve-se a ajudar os filhos a tomarem

consciência das necessidades de dependência dos pais idosos, com o intuito de desencadear movimentos no grupo familiar de proteção do doente. Estudos realizados nesta área (Benbow, Marriott, Morley & Walsh, 1993; Huckle, 1994; Zarit & Zarit, 1982), mostram que os sistemas familiares mais organizados conseguem uma reestruturação mais eficaz e atingem uma capacidade de respostas superiores às famílias menos organizadas (Minuchin, 1982). Para consciencializar os filhos desta necessidade, a estratégia de intervenção poderá passar por reunir todos os elementos da família, incluindo o idoso, para que este possa demonstrar aos seus filhos as suas reais necessidades e desejos relacionados com a sua nova condição de vida. A presença de um/a psicólogo/a da família aquando da realização deste diálogo torna-se pertinente uma vez que este não só mediará a comunicação entre os diversos elementos do sistema familiar, como ajudará na compreensão de temas considerados delicados (como por exemplo: o idoso não querer ser integrado numa instituição quando os seus filhos consideram ser a solução mais viável).

Em casos como o supracitado, também se torna pertinente intervir junto das múltiplas carências/conflitos existentes em diferentes etapas do ciclo vital. É compreensível que seja difícil para um casal lidar com o envelhecimento dos seus próprios pais nomeadamente com todas as questões formais e informais do cuidado (incluindo a tomada de decisão de recorrer à institucionalização) e simultaneamente serem capazes de lidar com os seus restantes papéis familiares (conjugal, parental) e sociais (profissional). Se a tudo isto somarmos as limitações do orçamento familiar, do espaço habitacional, bem como questões de género, é possível deduzir que as famílias com menores recursos económicos se encontram em maior risco e, dentro destas, as mulheres são aquelas que desempenham as tarefas de cuidado. Para intervir junto das diversas carências/conflitos existentes, a intervenção do/a psicólogo/a da família deverá passar por auxiliar o casal na sua redefinição de papéis e na procura de estratégias para evitar que seja alvo de sobrecarga emocional, situação muito frequente em casais que cuidam de idosos dependentes.

Assim sendo, a intervenção familiar com elementos na terceira idade pode desencadear importantes mudanças no sistema, proporcionando um contexto psicoterapêutico em que se torne possível a emergência de novas vozes que oferecem interpretações alternativas da realidade individual e familiar, reforçando as competências do sistema e comportamentos adequados perante situações desafiadoras (Rebelo, 2007).

4.2.4. Reflexão sobre a ação de formação

Tendo em conta que a psicologia da família constitui uma chave de leitura adequada para as problemáticas existentes nas diversas valências do CSCRAV e é um modelo de intervenção pouco divulgado dada a sua recente implementação no nosso país, a realização desta ação de formação tornou-se pertinente.

O balanço que fazemos da realização das sessões é positivo, uma vez que os objetivos de ambas as sessões foram alcançados com sucesso. Os técnicos aderiram de forma satisfatória à iniciativa e apreciaram o trabalho apresentado. Os profissionais do CAT partilharam inclusive que o modelo relacional é uma chave de leitura muito interessante e que poderia ser muito útil, caso houvesse a prática institucional de intervenção com as famílias e caso eles realizassem acompanhamentos individuais (prática que não é adotada pela psicóloga pelo facto da relação de proximidade estabelecida com os internos comprometer a relação terapêutica). Manifestaram ainda que este tipo de intervenção apenas poderia ser implementada após a família ter sido sensibilizada para a tomada de consciência da existência do(s) problema(s). Na maioria dos casos, esta dificuldade deve-se essencialmente ao facto de desconhecerem outros padrões de relacionamento familiar, assumindo assim o existente na sua família nuclear como “normal”. Assim sendo e após a partilha/discussão com os técnicos, torna-se necessário explorar com estas famílias os significados atribuídos à sua forma de relacionamento/comunicação, os motivos que compreendem para a institucionalização do menor, o que entendem como mudanças fundamentais para a reorganização familiar e para que o menor regresse à família. Esta exploração será fundamental, de forma a intervir junto da origem do problema e consequentemente suscitar mudanças no sistema familiar.

Por sua vez, a técnica responsável pelas valências da 3ª idade também concluiu que o modelo teórico de referência da psicologia da família e o tipo de intervenção apresentado é muito interessante e viável na prática. Manifestou inclusive que a presença de um/a psicólogo/a nestas valências seria muito importante devido às várias problemáticas existentes (dificuldade por parte dos idosos em lidar com o processo de envelhecimento, sobrecarga emocional por parte dos cuidadores formais e informais etc).

Por último, gostaria ainda de acrescentar que esta ação de formação foi enriquecedora para a formação profissional da estagiária por possibilitar a compreensão

do papel de um psicólogo da família num CAT e numa valência da 3ª idade. Permitiu também o acesso às práticas exercidas noutro tipo de resposta psicossocial que não a 3ª idade, enriquecendo assim o processo de aprendizagem, tendo em conta que o presente estágio curricular foi desenvolvido essencialmente com este tipo de população.

4.3. Programa de intervenção em grupo: “Compreender esta última fase da minha vida e tornar-me mais forte perante a mesma”

4.3.1. Fundamentação teórica

A maioria dos idosos do centro de dia do CSCRAV, têm manifestado que esta última fase das suas vidas não tem correspondido àquilo que eles desejariam que ela fosse. Este sentimento está relacionado sobretudo com o facto de não ter um familiar que assegure os cuidados de que necessitam e com o facto de ter entregue todos os seus bens a um parente que se comprometeu a cuidar deles, mas que atualmente não cumpre o seu compromisso. Segundo o modelo relacional, estas dinâmicas familiares podem ser analisadas com base na teoria da troca simbólica dom/débito nomeadamente, na abordagem sociológica e psicossocial e antropológica-etnológica (Scabini & Cigoli, 2000).

Na primeira abordagem, as relações interpessoais são vistas em termos utilitaristas, isto é, os membros da família movem-se substancialmente à procura de recompensas e as relações familiares são baseadas num “contrato”, com vista a uma gratificação recíproca de tipo afetivo e económico. Deste modo, a coesão familiar é assegurada pelo cálculo, ainda que inconsciente, entre custos e benefícios, um mecanismo que regula sobretudo, de acordo com esta visão, a formação do casal e o seu desenvolvimento, que se aplicaria também à relação pais/filhos. A abordagem sociológica e psicossocial baseia-se numa “*reciprocidade a breve termo*” cuja balança custos/vantagens deve equilibrar-se num curto espaço de tempo a favor dos últimos (Scabini & Cigoli, 2000).

Por sua vez, a segunda abordagem considera o dom como categoria central e incorpora um outro aspeto ético, que não é mais isolado mas é a outra face do dom: a responsabilidade. O dom é entendido como expressão de um ato de confiança, na

origem de um novo laço no qual existe um “*opening gift*”, uma abertura de crédito que é retribuído com um outro dom, geralmente, não equivalente mas “melhor” dando origem a uma relação social. O dom é, de facto, uma característica da *relação incondicional*: o laço familiar alimenta-se de ações que prestam confiança ao outro de forma gratuita (Scabini & Cigoli, 2000).

No sistema do dom, o intercâmbio movimenta-se entre o *dar*, o *receber* e o *retribuir*, mas o impulso para retribuir não é motivado apenas pela necessidade de pagar uma dívida, mas sim pelo desejo de devolver o quanto foi recebido, identificando-se com a origem do dom, isto é, dando por sua vez. Torna-se portanto crucial o processo de identificação com as fontes de gratuidade e gratidão. A gratuidade consiste em inserir uma componente de liberdade na obrigação/débito, componente que está sempre presente na pessoa que dá. Esta não quer em primeiro lugar a retribuição, pelo contrário, quer que esta seja livre e portanto incerta. No dom, o laço social é considerado mais livre (Charbonneau, 1996; Scabini & Cigoli, 2000).

O intercâmbio simbólico, típico das relações familiares, consiste portanto em dar ao outro, aquilo que se considera ser uma necessidade para ele, isto é, sustentado pela confiança de que o outro devolverá no momento oportuno o equivalente simbólico daquilo que recebeu. A retribuição acontece no arco das gerações e não necessariamente na vida de cada indivíduo. Não podemos esquecer como, de facto, o familiar liga entre si vivos e mortos, as gerações passadas e futuras (Scabini & Cigoli, 2000).

Segundo Charbonneau (1996), a transmissão do dom na 3ª idade pode ser prejudicada por duas situações: pelo dar ou emprestar dinheiro ou pela transmissão de heranças que criam situações conflituosas no seio da família. Quando uns dos seus membros recebem mais do que outros; ou ainda quando um dos membros da família se recusa a prestar ajuda a outro em consequência, por exemplo, de uma doença prolongada ou pelo contrário quando este rejeita essa mesma ajuda (Charbonneau, 1996).

Em geral, estas situações originam-se quando os membros envolvidos na troca ou na transmissão do dom têm interpretações divergentes da mesma: para uns, trata-se claramente de dar enquanto para outros é uma relação na qual o recetor do dom não se sente envolvido e por isso não se sente na obrigação de retribuir. Kaufmann (1993 cit in Charbonneau, 1996) considera que estas situações se podem resolver de duas formas: pelo passar do tempo, esperando que se resolvam sozinhas ou então através do diálogo no qual seriam estabelecidos os reajustes necessários. Mas, segundo o mesmo autor,

estas situações podem ter consequências mais graves e mais prolongadas no tempo. Enquanto alguns membros da família interrompem a transmissão do dom de forma mais ou menos prolongada e completa, outros escolhem substituir os elementos da família recetores do dom. É possível que as famílias esperem por uma nova geração para que a transmissão do dom volte à normalidade (Charbonneau, 1996).

Para manter a harmonia no seio da família e assegurar a manutenção do laço familiar, o ideal seria que as relações familiares conflituosas se manifestem apenas em determinados locais e ocasiões e evitar regras no âmbito do dom que deem origem a situações conflituosas como o empréstimo de dinheiro (Charbonneau, 1996).

Posto isto, a teoria da troca simbólica dom/débito é uma chave de leitura adequada para compreender a relação aparentemente disfuncional entre os idosos e as suas famílias, uma vez que esta não lhes está a retribuir o que seria esperado segundo eles. A relação entre alguns idosos e as suas famílias seria baseada no intercâmbio simbólico antropológico-etnológico, tendo em conta que acreditavam que estas lhes iriam retribuir o equivalente simbólico daquilo que lhes deram. Contudo, isso não se verifica no presente e isso causa-lhes uma profunda mágoa e tristeza. Verifica-se nestas dinâmicas familiares aquilo que foi referido acima por Charbonneau (1996): os membros envolvidos na troca ou na transmissão do dom têm interpretações divergentes da mesma, tendo em conta que para uns, trata-se claramente de dar enquanto para outros é uma relação na qual o recetor do dom não se sente envolvido e por isso não se sente na obrigação de retribuir.

Porém, a relação estabelecida entre outros idosos e as suas famílias seria baseada na abordagem sociológica e psicossocial que consiste na procura de recompensas, tendo em vista uma gratificação recíproca do tipo económico e afetivo. Isto porque os seus familiares apenas assumiram o seu papel de cuidador em troca de bens materiais.

Segundo os idosos do centro de dia, estas situações afetam o seu processo de envelhecimento tendo em conta que os faz sofrer. Tendo isto em consideração, a reconciliação com a última fase das suas vidas torna-se necessária e pode ser estabelecida adotando estratégias resilientes nomeadamente ser perseverante, ser otimista, adquirir interesses especiais, ter motivação para alcançar algo que gostariam, atribuir um sentido à sua vida, ter desejo de adquirir novas aprendizagens e pode ainda ser conseguida através da fé e espiritualidade (Segura & Negrini, 2004; Walsh, 2004).

A resiliência representa a capacidade de ultrapassar as crises, os traumas e os desafios da vida ficando mais forte e com ainda mais recursos. É algo mais do que uma

simples capacidade de sobreviver após traumas importantes: algumas pessoas são capazes de sobreviver mas passam a vida inteira presos a uma função específica, como o papel de vítima, o que não os torna resilientes (Walsh, 2004).

Uma pessoa perseverante possui a capacidade de reunir esforços apesar das adversidades e descreve situações difíceis como experiências de aprendizagem necessárias, considerando-se a si mesma como alguém que não se deixa vencer. Ser perseverante significa saber tirar o melhor partido possível de uma situação sombria e manter-se firme, resistindo com força. A resistência e a superação de experiências de vida difíceis podem consistir em si mesmas, um motivo de orgulho (Segura & Negrini, 2004; Walsh, 2004).

O otimismo representa a interiorização por parte dos indivíduos, da crença de que tudo irá correr bem apesar dos contratempos e das dificuldades, isto é ter uma visão positiva da crise ou momento difícil pelo qual se está a passar (Segura & Negrini, 2004; Walsh, 2004). A adoção de uma visão otimista impede de cair na apatia, no desespero e na depressão. Os idosos otimistas acreditam que os acontecimentos positivos e felizes se explicam através de características permanentes (decidir o que continua a ocorrer no tempo) e generalizadas (que ocorrem em diferentes âmbitos). Esta assume a responsabilidade adequada para alcançar eventos positivos e se algo correr mal, considerá-lo-á como temporal ou específico da situação, assumindo que foi a responsável por esse acontecimento. Promover o otimismo junto de pessoas idosas pode não ser tarefa fácil principalmente se muitas coisas não lhes correram bem, mas é possível fazer com que elas mudem a sua visão perante as suas dificuldades se forem capazes de alcançar e conservar sentimentos de esperança (Segura & Negrini, 2004).

O interesse representa a preferência que se manifesta através de atividades que a pessoa desempenha durante os seus tempos livres. O interesse pelas pessoas, coisas ou outros elementos reais, é um fator de motivação que ajuda as pessoas a sentirem-se bem. Potenciar os interesses é importante durante todas as fases do ciclo vital assim como quando se tem de enfrentar situações adversas (Segura & Negrini, 2004).

Os idosos com motivação elevada para alcançar o que gostariam, pensam que as suas ações têm valor, sabem que podem contribuir para a sua mudança se se esforçarem para alcançar os seus objetivos, o que lhes permite alcançar um sentido para a sua vida. Na velhice, a motivação para alcançar o que se deseja tem a mesma importância que nas restantes faixas etárias para fortalecer a resiliência, apesar de não se saber quantos anos de vida se tem ainda para viver (Segura & Negrini, 2004).

As pessoas idosas sentem-se motivadas para aprender sempre e quando essa aprendizagem satisfaz as suas necessidades ao nível das experiências e dos seus interesses. Muitos idosos continuam a aprender ao longo da sua vida, fazendo coisas por eles mesmos ou observando outras pessoas ou tomando-os como exemplos, fazendo o que eles fazem (Segura & Negrini, 2004).

As pessoas que procuram esclarecer o sentido das suas vidas; são capazes de adequar a sua existência; modificar relações; enfrentar adversidades e até de reconstruir a sua escala de valores incorporando novas crenças, objetivos e metas. A atribuição de sentido ajuda a observar os erros como esforços, os problemas como desafios e a desvendar características como a empatia, o altruísmo, excelência, alegria, autonomia e serenidade nos idosos, o que os torna pessoas mais resilientes (Segura & Negrini, 2004).

A espiritualidade representa um construto abrangente que pode definir-se como o que nos liga a tudo o que existe. Implica um compromisso ativo com valores internos que dão uma ideia de significado, integridade pessoal e conexão com os outros. Pode estar relacionada com as crenças numa condição humana última ou num conjunto de valores pelos quais lutamos; a crença num poder supremo, ou a convicção de que a comunidade humana, a natureza e o universo constituem uma unidade holística (Walsh, 2004).

O sofrimento convida-nos a integrar-nos no âmbito espiritual. No enfrentar da adversidade, a religião e a espiritualidade oferecem-nos um consolo e um significado que está para além da nossa compreensão. A fé pessoal sustenta a crença de que podemos superar os nossos desafios, tornando-os menos traumáticos e desorientadores. As pessoas com fé e espiritualidade têm confiança, segurança e esperança dadas por convicções ou experiências subjetivas sejam elas religiosas ou não (Segura & Negrini, 2004; Walsh, 2004).

Posto isto, o presente programa de intervenção em grupo tem como objetivo geral fomentar a reflexão sobre a história individual e reconciliação com a sua vida na última etapa desenvolvimental. Na sequência do primeiro objetivo geral, será também nosso interesse explorar a resiliência junto do público-alvo.

De forma a alcançar o primeiro objetivo geral supracitado, este programa de intervenção terá como objetivo específico fomentar a leitura da relação dom/débito entre os idosos e os seus familiares. Por sua vez, para atingir o segundo objetivo geral supracitado, a presente proposta de intervenção terá como objetivos específicos sensibilizar os idosos para a importância da perseverança, do otimismo, da aquisição de

interesses especiais, da motivação, da atribuição de um sentido para as suas vidas, da aquisição de novas aprendizagens e ainda da fé e espiritualidade.

4.3.2. Estratégias de intervenção

Segundo Vinogradov e Yalom (1996), o critério de seleção mais importante para formar um grupo prende-se com a capacidade de realizar uma tarefa no seio do mesmo. O facto de existir um indivíduo que se considere fora dele ou insignificante para o mesmo, e a quem o resto do grupo considere como tal, fará com que haja uma grande probabilidade de obter resultados negativos. Isto porque, a presença deste sujeito impedirá que o grupo tire proveito do mesmo.

Segundo os mesmos autores, deve-se também tentar criar um grupo que forme uma unidade, isto é, que não esteja presente nenhum elemento com um comportamento extremamente conflituoso.

Posto isto, o presente programa de intervenção não se adequa aos utentes portadores de psicopatologias e a idosos entre os quais existe uma relação de conflito, quer porque poderá ter influência na compreensão dos temas explorados quer porque a presença de uns implica a ausência de outros. Posto isto, embora estejam integrados 25 utentes no centro de dia, o número de participantes do presente programa de intervenção em grupo variou entre os 3 e os 5 elementos. Esta variância do número de elementos esteve essencialmente relacionada com a interferência de outras atividades realizadas no centro de dia, nomeadamente o auxílio em algumas tarefas rotineiras do centro de dia por parte de alguns participantes, cuja presença era requerida pelo facto de alguma colaboradora se ausentar à última hora e com a realização de consultas médicas sem aviso prévio apesar de ter solicitado esse aviso para evitar que algum participante se ausentasse nos dias da implementação do programa.

O presente programa de intervenção em grupo foi implementado em sessões quinzenais de 60 minutos e composto por 8 sessões entre Fevereiro e Julho de 2012.

4.3.3. Descrição das sessões²

A primeira sessão do programa de intervenção em grupo teve como objetivos clarificar os objetivos do programa, através da apresentação de um PowerPoint (consultar anexo XXVI); estabelecer regras de convivência dentro do grupo, utilizando

² As sessões do presente programa de intervenção em grupo encontram-se descritas de forma pormenorizada no anexo XXV.

a dinâmica “ouvir e falar” (consultar anexo XXV) e explorar a relação dom/débito entre os idosos e os seus familiares, através de um debate (consultar anexo XXV). Esta atividade foi realizada com o intuito de verificar o modo como tem sido transmitido o dom entre os idosos e os seus familiares ou as possíveis situações que têm afetado esta transmissão, de forma a compreender os motivos pelos quais estes não estão a receber o que esperariam na última fase das suas vidas. Posto isto, foi transmitido aos idosos com base na teoria da troca simbólica do dom/débito de Scabini e Cigoli (2000), o que poderá estar na origem desta falta de retribuição. De forma a orientar este debate e avaliar a qualidade da exploração dos temas abordados por parte do público-alvo, foi criada uma grelha de observação (consultar anexo XXVII). Convém ainda referir que foi planeada uma sessão de relaxamento para o caso dos idosos se emocionarem ou apresentarem algum tipo de descompensação devido à delicadeza do tema (consultar anexo XXV).

A segunda sessão teve como objetivo sensibilizar os idosos para a importância da perseverança nesta fase do seu ciclo desenvolvimental, utilizando a dinâmica da esponja para explorar o significado do conceito de *resiliência* na vida dos idosos (consultar anexo XXV) e um vídeo para lhes dar a conhecer um exemplo de perseverança na 3ª idade. A utilização de uma esponja na primeira atividade serviu para ilustrar o conceito de resiliência ao público-alvo e consequentemente explorar junto do mesmo o que esta significou nas suas vidas. Para atingir este objetivo, foi suscitado o debate junto dos idosos através da colocação de algumas questões com o intuito de compreender se utilizaram estratégias para se tornarem resilientes e de que forma estas os ajudaram nesta última fase do seu ciclo desenvolvimental (consultar anexo XXV). De forma a orientar esta reflexão e avaliar a exploração deste conceito por parte do público-alvo, foi criada uma grelha de observação (consultar anexo XXVIII) e avaliação (consultar anexo XXIX).

Durante esta sessão, os idosos visualizaram ainda um vídeo (consultar anexo XXX), como foi referido anteriormente, com o objetivo de lhes dar a conhecer um exemplo de perseverança na 3ª idade. A visualização do mesmo constituiu um ponto de partida para posteriormente explorar junto dos idosos através da colocação de algumas questões (consultar anexo XXV), o conceito de perseverança, de que forma é que esta pode estar presente nesta última fase das suas vidas e o quão importante ela é neste momento para os idosos.

A terceira sessão teve como objetivo sensibilizar os idosos para a importância do otimismo nesta fase da sua vida, recorrendo ao jogo “negativo? positivo!” (consultar anexo XXV). Esta dinâmica foi realizada com o intuito de compreender de que forma é que os idosos se posicionam perante os acontecimentos que vão surgindo nas suas vidas, isto é, se tendem a encará-los negativamente (ficando tristes, deixando-se afetar pelos mesmos) ou positivamente (tentando ultrapassá-los, encarando-os como um obstáculo/desafio que deve ser superado). Após a realização desta dinâmica, foi criado um espaço de reflexão junto dos participantes, através da colocação de algumas questões, com o intuito de os sensibilizar para a influência que a forma de se posicionar perante os acontecimentos no dia-a-dia pode ter nas suas vidas, afetando-a positiva ou negativamente consoante a forma como os percebem.

Por sua vez, a quarta sessão teve como objetivo sensibilizar os idosos para a importância da aquisição de interesses especiais nesta fase da sua vida, utilizando o jogo “gosto de...” (consultar anexo XXV). A realização desta dinâmica teve como intuito levantar o debate junto dos idosos, de forma a refletir sobre o que estes gostam de fazer e sobre o quão importante isso é nesta etapa das suas vidas. Atendendo às poucas atividades existentes no centro de dia e ao facto dos idosos não serem sempre questionados sobre o que pretendem fazer, esta dinâmica também constituiu uma forma de identificar necessidades que futuramente poderá servir para organizar um programa de atividades que atenda às características e idiossincrasias do grupo. Para demonstrar aos idosos a importância da aquisição de interesses especiais durante o processo de envelhecimento, estes visualizaram um pequeno vídeo no qual um casal de idosos pratica a sua grande paixão: dançar. A visualização do mesmo serviu para ilustrar que é possível continuar a fazer aquilo de que se gosta na terceira idade e o quão importante isso é nesta etapa das suas vidas, nomeadamente para se sentir útil, bem consigo mesmo, aumentar a autoestima etc. Convém porém salientar, que nem todos os idosos são tão autónomos quanto o casal representado no vídeo, e por esse motivo, também foi transmitido ao público-alvo que deve procurar continuar a fazer atividades que lhes deem prazer de acordo com a sua condição atual.

De seguida, a quinta sessão teve como objetivo sensibilizar os idosos para a importância da motivação nesta fase do seu ciclo desenvolvimental, utilizando uma prática desportiva tradicional no centro de dia que motiva os idosos: o Boccia (consultar anexo XXV). Foi realizado um debate sobre este tema com o intuito de compreender o que representa este desporto para os participantes e sensibilizá-los para o facto do

interesse pelas pessoas, atividades lúdicas/desportivas ou outros elementos ser um fator de motivação que ajuda as pessoas a sentirem-se bem. Esta dinâmica permitiu ainda transmitir aos idosos que o cultivo por estes interesses é importante durante todas as fases do ciclo desenvolvimental, inclusive durante o envelhecimento. Recorreu-se à utilização desta modalidade desportiva uma vez que o Boccia representa uma fonte de motivação para os idosos do centro de dia, chegando a envolver utentes que raramente ou nunca participam em outras atividades. O facto de ser um desporto que tem vindo a ser adaptado à 3ª idade motiva os idosos, pois estes percecionam-no como algo também pensado para eles, embora fosse inicialmente direcionado para pessoas portadoras de paralisia cerebral. Acrescesse-se ainda como condição de motivação, o seu teor competitivo e o facto deste se inserir num campeonato sénior que se realiza entre instituições do concelho de Barcelos.

A sexta sessão teve como objetivo sensibilizar os idosos para a importância da aquisição de novas aprendizagens nesta fase da sua vida, recorrendo a uma atividade que os idosos nunca tinham realizado anteriormente: transformar *abajures* velhos em candeeiros novos (consultar anexo XXV). Uma vez que ao longo do estágio foram realizadas várias atividades/trabalhos manuais através dos quais se percebeu o gosto dos idosos por estas atividades, esta foi a tarefa escolhida para alcançar o objetivo da sessão. Após a sua realização foi criado um espaço de reflexão através da colocação de algumas questões (consultar anexo XXV), de forma a demonstrar aos idosos que é possível adquirir novas aprendizagens na 3ª idade, contrariamente ao que eles acreditavam antes de fazer este tipo de atividades, bem como sensibilizá-los para o quão importante estas são durante o processo de envelhecimento.

De seguida, a sétima sessão teve como objetivo sensibilizar os idosos para a importância da atribuição de um sentido para as suas vidas, recorrendo à leitura de um conto popular (consultar anexo XXXI) cuja história retratava uma personagem que desejava morrer pelo facto de achar que a sua vida já não fazia sentido. A leitura da mesma serviu para ilustrar e consequentemente debater com os idosos, o facto dos mesmos tenderem a lamentar-se das suas vidas, considerando muitas vezes que esta já não faz sentido, quando na verdade lhes falta encontrar razões/motivos para desejar continuar a viver. Para suscitar o debate junto dos participantes foram colocadas algumas questões (consultar anexo XXV) com o intuito de compreender a opinião dos idosos face a este tema e consequentemente sensibilizá-los para a importância que a

atribuição de um sentido para as suas vidas pode ter nesta fase do seu ciclo desenvolvimental.

Por último, a oitava sessão teve como objetivo sensibilizar os idosos para a importância da fé e espiritualidade nesta fase das suas vidas, dimensão considerada pelos idosos como fundamental nas suas vidas, através da dinâmica “*a palavra de Deus em nossas vidas*” (Consultar anexo XXV). A realização desta dinâmica teve como intuito sensibilizar os idosos para o modo como a palavra de Deus está presente nas nossas vidas, isto é, que ela não está ausente, que não está somente presente na vida de algumas pessoas, mas sim que está presente na vida de todos nós. Pretendeu-se ainda, que esta atividade servisse como ponto de partida para compreender a importância que a palavra de Deus tem na vida destes idosos e de que forma os tem ajudado a lidar com o processo de envelhecimento, nomeadamente se tem fornecido aos idosos um sentimento de continuidade numa fase das suas vidas feita de mudanças rápidas e perdas abruptas; se tem sido uma fonte de intimidade e pertença; se têm sentido a mesma como um amparo e uma fonte de apoio; se tem permitido afirmar o sentido, e de certa forma a dimensão sagrada da vida individual do sujeito numa altura de mudanças e perdas sociais, físicas e psicológicas e se os têm ajudado a compreender/aceitar a proximidade da morte. No final da sessão, foi realizada a conclusão do presente programa de intervenção em grupo através da utilização de um PowerPoint (consultar anexo XXXII) cujo objetivo consistia em sintetizar os temas explorados ao longo do mesmo. Após ter sido realizada esta síntese, foi criado um espaço de reflexão sobre o programa junto dos participantes de forma a debater a pertinência da sua realização; a sua utilidade e importância para o público-alvo etc.

4.3.4. Reflexão sobre o programa de intervenção em grupo

A implementação do programa de intervenção em grupo para os utentes não correu como seria esperado. Não se verificou a total adesão dos participantes, tendo participado um número muito reduzido (4 em 27) de utentes. Esta baixa adesão deve-se essencialmente ao facto do grupo ser muito heterogéneo. Existem no centro de dia utentes com psicopatologia associada, em situação de dependência total, com limitações ao nível dos membros superiores (o que lhes impossibilitaria de participar em determinadas atividades), e conflitos graves no seio do grupo que implicam a ausência de uns na presença de outros. Posto isto, a intervenção em grupo não constitui uma estratégia adequada para este grupo de idosos. O mais pertinente seria realizar

acompanhamento individual adequado às características e necessidades de cada elemento.

Ao longo da implementação do programa foram encontrados alguns obstáculos, relacionados com o vocabulário e com algumas atividades planeadas inicialmente. Para ultrapassar estas dificuldades, foi necessário adaptar o vocabulário utilizado às características dos participantes e modificar algumas das atividades previamente planeadas, nomeadamente substituir uma partida do jogo de Boccia por um debate sobre o tema, (por ser necessário a participação de 6 jogadores e ter apenas 4 utentes na sessão).

Apesar das várias dificuldades encontradas, o programa de intervenção em grupo conseguiu atingir os objetivos que se propôs alcançar, uma vez que foi possível criar um grupo de trabalho com um número reduzido de elementos que não apresentasse nenhuma das características acima referidas. Embora numa fase inicial se tivesse tentado incluir um maior número de elementos nas sessões, a experiência foi negativa devido à presença de elementos conflituosos e à falta de empatia e de disponibilidade entre os membros presentes, sendo por isso necessário reduzir o número de participantes. O facto de não estar presente nenhum elemento extremamente conflituoso no seio deste novo grupo e de existir empatia e bom relacionamento entre os seus membros, contribuiu para a criação de um espaço de partilha e reflexão e consequentemente para o sucesso do programa.

Embora os participantes tivessem alguma dificuldade em compreender a finalidade do programa numa fase inicial, foram capazes de ultrapassar esta dificuldade com o decorrer das sessões. No final da sua implementação, foram capazes de identificar que todas as atividades efetuadas tinham como objetivo ajudá-los a lidar com o processo de envelhecimento, tornando-os mais resilientes perante o mesmo. Alguns elementos partilharam inclusive que as atividades realizadas contribuíram para aumentar a sua autoestima e o seu autoconceito, o que os tornaria mais fortes face à velhice.

A realização deste programa de intervenção em grupo contribuiu positivamente para a formação da estagiária por vários motivos, nomeadamente pelo facto de lhe ter permitido aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo da sua formação académica ao contexto de estágio, compreendendo melhor a aplicabilidade do modelo relacional numa IPSS; por lhe ter permitido adquirir competências ao nível da expressão oral, da interação/intervenção em grupo bem como adquirir experiência no âmbito da

organização e orientação de programas desta natureza e por lhe ter sido dada a oportunidade de ajudar os idosos a lidarem com o processo de envelhecimento, melhorando assim o seu bem-estar, o que nunca tinha sido realizado com os utentes do centro de dia devido à ausência de um psicólogo nesta valência.

Em suma, gostaria de salientar que o acompanhamento psicossocial é fundamental na 3ª idade, uma vez que o processo de envelhecimento é caracterizado por perdas e ganhos desenvolvimentais, sendo necessário auxiliar os idosos na procura de estratégias eficazes para a sua gestão.

4.4. Programa intergeracional: “Aproximar diferentes gerações”

4.4.1. Fundamentação teórica

A maioria dos serviços e instituições socioeducativas em Portugal, especialmente IPSS, acolhem três grupos etários num mesmo espaço, nomeadamente crianças, jovens e idosos, o que lhes dá a possibilidade de desenvolver processos educativos numa perspetiva de animação cultural, educativa e comunitária por promoverem relações intergeracionais de convivência e aprendizagem coletiva (Ferreira, 2008; Nunes, 2009; Vieira, 2010). Contudo, no terreno estas práticas adotam duas posições extremas: ou são inexistentes (porque as instituições não têm por hábito desenvolver atividades intergeracionais) ou quando existem carecem de uma visão holística dada pelos vários intervenientes (porque apenas se limitam em colocar duas gerações no mesmo espaço físico sem haver interação entre elas). Perante esta conceção das práticas intergeracionais, torna-se necessário ou evidenciar a sua importância ou dar-lhe um novo significado com o intuito de torná-las mais adequadas, significativas e enriquecedoras, sendo este um dos objetivos que se pretende alcançar com a realização do presente programa intergeracional.

A implementação de práticas intergeracionais apresenta uma série de benefícios tanto para os idosos, como para as crianças. Segundo Nunes (2009), este tipo de práticas é benéfica para os mais velhos porque aumenta a autoestima e perspetivas de vida dos participantes; promove a aprendizagem; sensibiliza-os para a compreensão e aceitação dos mais novos; cria oportunidades para a transmissão de saberes e experiências; reduz o isolamento e promove estilos de vida saudáveis e estimulantes. De acordo com o

mesmo autor, estas práticas são benéficas para as crianças uma vez que aumentam o interesse pela aprendizagem, pelo saber e pelo conhecimento dos idosos, através do convívio informal; fortalecem as relações com os idosos, sejam eles ou não parentes; incentivam à criação de modelos de vida pelo contato direto com os mais velhos; motivam-nas para aprender de forma informal e lúdica; induzem comportamentos de tolerância para com algumas atitudes e preferências dos idosos e aumentam o conhecimento acerca dos mesmos assim como a interajuda.

Porém para além de apresentar uma série de benefícios quer para os mais velhos quer para os mais novos, a realização deste tipo de práticas contribui ainda para a aquisição do (re) equilíbrio social, tornando as sociedades mais justas, dignas e solidárias (Nunes,2009; Vieira, 2010; Oliveira, 2011). De acordo com os mesmos autores, os programas intergeracionais promovem o contato e cooperação entre pessoas de diferentes gerações, permitem a co-aprendizagem e estimulam a inclusão social, a responsabilidade, a cidadania participativa e o respeito mútuo. Esta cooperação poderá por sua vez, constituir uma forma de reduzir o comportamento idadista uma vez que potencia o contato com características individuais do idoso. De acordo com esta linha de pensamento, fará sentido considerarmos a educação intergeracional como um processo de capacitação da pessoa para o pleno exercício da sua cidadania, da eliminação dos preconceitos por questões relacionadas com a idade e contra o medo do envelhecimento. Pretende-se com esta educação intergeracional criar um novo caminho para a construção de uma solidariedade intergeracional propícia ao desenvolvimento e fortalecimento da igualdade e reciprocidade entre gerações (Nunes,2009; Vieira, 2010; Oliveira, 2011).

Para conseguir fomentar este tipo de educação na nossa sociedade, não basta fomentar o que Erikson (1950) designou de *generatividade biológica* (expressa no compromisso dos pais em transmitir de forma responsável aos filhos, valores como a justiça, a confiança e a segurança, para que estes possam no futuro retribuir aos progenitores o que lhes foi transmitido); é necessário sobretudo, fomentar aquilo que o mesmo autor designou de *generatividade social*, (expressa no compromisso dos pais em contribuir para o crescimento e bem-estar não só dos próprios filhos como também dos jovens em geral) (Scabini & Rossi, 2007).

No fundo, a generatividade social representa um processo de transmissão de valores durante o qual pais e adultos em geral transmitem o compromisso de cuidar não só aos seus filhos como às gerações mais novas/à comunidade, para que estas no futuro

possam cuidar não só dos seus pais como das gerações mais velhas que fazem parte da sociedade em geral (Scabini & Rossi, 2007). Somente a presença destes dois tipos de *generatividade* promoverá a solidariedade e coesão entre as gerações, uma vez que a responsabilidade moral de cuidar do outro não se resumirá aos laços de sangue.

Mas para fomentar a generatividade social torna-se necessário quebrar a distância emocional, física e social existente entre as gerações, pois esta impossibilita o processo de aprendizagem e partilha entre as crianças e os idosos, o que resulta num aumento de tensão quando os mais jovens não compreendem os mais velhos e estes por sua vez temem os mais novos. De acordo com Seefeldt, Warman, Jantz e Galper (1990 *cit. in* Nunes, 2009), as crianças que não tenham tido oportunidades suficientes para interagir com os seus avós, terão uma maior probabilidade de terem sentimentos negativos acerca destes e do seu envelhecimento. Para estas crianças, os idosos não são mais do que pessoas com cabelo grisalho, rugas, doentes e incapazes de fazer o que quer que seja. Delmann-Jenkins (1997) e Lima (2006), também partilham desta ideia quando afirmam que os estereótipos e as atitudes negativas face aos idosos começam a evidenciar-se em crianças muito jovens. O primeiro autor supracitado, relata que meninos de 3 anos de idade descrevem as pessoas mais velhas como aborrecidas, cansadas, feias e dependentes. Contudo, Chen (1997) defende que se estas crianças tiverem contato com os mais velhos, sentem-se confortáveis na sua presença e compreendem melhor o envelhecimento, o que os leva a desmistificar os estereótipos associados à 3ª idade previamente estabelecidos.

Embora as investigações desenvolvidas no âmbito da gerontologia tenham vindo a dissipar os estereótipos associados ao idoso enquanto ser frágil, dependente, pobre, assexuado, esquecido e infantil, ainda existe um desencontro entre o resultado das investigações e as crenças do senso comum (Lima, 2006). Apesar de terem sido realizados vários esforços neste sentido, esta continua a ser a mensagem muitas vezes transmitida de pais para filhos (Lima, 2006). Perante esta posição dos mais jovens para com os mais velhos, torna-se necessário promover práticas intergeracionais que permitam desenraizar ideias pré-concebidas erradas acerca dos idosos. O facto das crianças e jovens perceberem que na realidade os mitos e estereótipos acerca do envelhecimento não correspondem à verdade, fará com que estes se aproximem dos mais velhos, promovendo assim práticas intergeracionais benéficas, e, consecutivamente, a solidariedade entre as gerações (Nunes, 2009; Vieira, 2010).

Posto isto, o presente programa intergeracional tem como objetivos gerais promover a interação entre diferentes gerações fora do âmbito familiar; fomentar a aproximação e solidariedade entre gerações, de forma a ultrapassar uma sociedade compartimentada por idades e como objetivos específicos, desmistificar os mitos e estereótipos associados à 3ª idade; fomentar a transmissão de conhecimentos, heranças e tradições entre as gerações; representar através de símbolos a relação intergeracional construída ao longo do programa e por último, sensibilizar ambas as gerações para a importância da relação intergeracional.

4.4.2. Estratégias de intervenção

O presente programa intergeracional foi destinado aos idosos do centro de dia bem como às crianças do CATL. Foram selecionados 5 idosos com idades compreendidas entre os 72 e os 78 anos de idade cujas capacidades cognitivas permitissem responder às questões colocadas no final de cada atividade. Por sua vez, foram escolhidas 5 crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 12 anos por se encontrarem num estágio de desenvolvimento cognitivo que lhes permitissem participar nas atividades e responder às questões colocadas no final das mesmas.

A criação deste programa de intervenção em grupo surgiu pelo facto de não existirem práticas intergeracionais numa instituição que acolhe diversas faixas etárias, o que representa uma lacuna por parte da mesma tendo em conta que 2012 foi assinalado como o ano do envelhecimento ativo e solidariedade entre gerações. Para não interferir com o funcionamento interno do CSCRAV, o presente programa foi implementado em 5 sessões de 60 minutos, nos meses de Abril, Junho e Julho.

4.4.3. Descrição das sessões³

Antes de iniciar o programa intergeracional, foi realizada a apresentação dos participantes, com o intuito de aproximar ambas as gerações; do programa e das regras/normas do grupo. Dada esta apresentação por terminada, deu-se início à sessão zero cujo objetivo consistia em desmistificar os mitos e estereótipos associados à 3ª idade. Para alcançar este objetivo foi realizada uma dinâmica intitulada “conhecer melhor a 3ª idade” (consultar anexo XXXI), que consistia em pedir a cada menino/a que lesse em voz alta um cartão no qual constava um mito associado à 3ª idade, para que os

³ As sessões do presente programa intergeracional encontram-se descritas de forma pormenorizada no anexo XXXIII.

participantes se posicionassem em relação aos mesmos, suscitando assim o debate acerca do tema. Pretendeu-se com a realização desta atividade que os mais novos desmistificassem ideias pré-concebidas acerca da 3ª idade, fomentando assim a aproximação dos idosos. Convém ainda referir que este encontro foi considerado a sessão 0 pelo facto das sessões seguintes serem planeadas de acordo com as respostas obtidas pelos participantes.

A primeira, segunda, terceira e quarta sessão tiveram como objetivo fomentar a transmissão de conhecimentos, heranças e tradições entre as gerações, através da realização de várias atividades, nomeadamente uma “caça aos ovos”; jogos tradicionais portugueses; a elaboração de um livro e um debate sobre o “25 de Abril de 1974” (consultar anexo XXXIII). Pelo facto de todas estas atividades terem como propósito a partilha de conhecimento, a transmissão de valores e tradições entre ambas as gerações, permitindo que os mais velhos partilhassem com os mais novos episódios da sua infância; valores incutidos pelos seus progenitores; estabelecessem comparações entre os estilos educativos do passado e do presente e por sua vez os mais novos adquirissem novas aprendizagens e valores, fez com que a realização destas atividades fosse pertinente para idosos e crianças. Pretendeu-se com a realização destas atividades, que a transmissão de saberes não fosse linear uma vez que ambas as gerações possuíam sabedorias distintas, possibilitando a construção de uma história comum, a partir da experiência de cada um, funcionado como uma via dupla, pois ambos ensinam e ambos aprendem.

Por último, a quinta sessão teve como objetivos representar através de símbolos a relação intergeracional construída ao longo do programa e sensibilizar ambas as gerações para a importância desta relação. Para alcançar este objetivo, foi realizada uma atividade intitulada “a relação entre gerações” (consultar anexo XXXIII), que consistia na elaboração de uma tela na qual cada participante desenhou um símbolo representativo da relação intergeracional. Aquando da realização da mesma, foi criado um espaço de reflexão através da colocação de algumas questões (consultar anexo XXXIII), com o intuito de refletir sobre a importância do programa intergeracional para os participantes. Esta reflexão assume uma particular importância para ambas as gerações tendo em conta o número elevado de idosos face ao número reduzido de crianças na nossa sociedade, daí a criação de uma relação de proximidade e interajuda entre ambos ser fulcral.

No final do programa e de forma a avaliar o sucesso do mesmo, desenvolvemos um *Focus Group* com os participantes. Este método de avaliação foi adequado aos nossos objetivos, uma vez que permite o acesso aos significados atribuídos pelos participantes ao programa e é um método adequado às duas gerações/faixas etárias que participaram no programa.

4.4.4. Reflexão sobre o programa intergeracional

Os objetivos do presente programa intergeracional foram alcançados com sucesso pois como consta na árvore de categorização resultante da análise do *Focus Group* (consultar anexo XXXIV), conseguiu-se promover a interação entre diferentes gerações fora do âmbito familiar, fomentar a aproximação e consequente solidariedade entre ambas. O público-alvo aderiu com entusiasmo/motivação às atividades propostas, afirmando que estas lhe permitiram aproximar-se, o que nunca havia sido feito anteriormente. Os mitos e estereótipos associados à 3ª idade bem como a falta de sensibilidade para as práticas intergeracionais contribuíam para a inexistência de atividades deste âmbito, consideradas tão importantes num ano em que se assinala o ano do envelhecimento ativo e solidariedade entre gerações. O facto dos conteúdos terem sido explorados através de atividades de carácter lúdico, contribuiu significativamente para a adesão do público ao presente programa intergeracional, uma vez que tornou a transmissão de valores, tradições e conhecimentos e a aproximação de ambas as gerações mais estimulante.

A realização deste programa intergeracional contribuiu positivamente para a formação da estagiária por diversos motivos, nomeadamente por lhe ter permitido aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo da minha formação académica ao contexto de estágio; por me ter dado a possibilidade de trabalhar com idosos e crianças em simultâneo pela primeira vez e por ter sido dada a oportunidade de planificar e implementar um programa intergeracional.

Em suma, gostaria de acrescentar que a realização deste programa permitiu concluir que é importantíssimo desenvolver práticas intergeracionais em instituições que acolham diversas gerações, uma vez que contribui para o equilíbrio e o bem-estar dos utentes das diferentes valências da instituição. A educação intergeracional assume uma particular importância numa sociedade tão individualista como a nossa, em que a transmissão de valores como o respeito pelos mais velhos, o espírito de união e amparo

ao próximo e a convivência entre as gerações ficam na maioria das vezes esquecida. Cabe-nos a nós cidadãos em geral (pais, educadores, professores, psicólogos, adultos em geral entre outros) desempenhar este papel de forma a alcançar uma sociedade mais digna. Porém devido às transformações familiares e às exigências sociais (desempenho de vários papéis em simultâneo como o conjugal, parental e filial e a ausência de tempo para desempenhar todas as tarefas do quotidiano) esta transmissão de valores pode tendencialmente ficar para segundo plano, daí a importância do papel do/a psicólogo/a da família, cuja intervenção poderá basear-se na realização de atividades intergeracionais e na sensibilização do público em geral para a importância deste tipo de práticas.

5. Outras atividades

Para além de ter realizado as propostas de intervenção anteriormente referidas, foi ainda organizada uma “feirinha de natal” na qual foram vendidos alguns objetos elaborados pelos idosos do centro de dia. Esta iniciativa foi realizada essencialmente com o intuito de promover a interação entre os utentes e melhorar as relações disfuncionais existentes entre eles e promover a união entre os idosos e entre estes e a equipa técnica. Permitiu ainda, aumentar a motivação de todos os envolvidos na sua organização, uma vez que os fundos angariados contribuíram para melhorar as instalações do centro de dia, bem como realizar um convívio interinstitucional que os idosos tanto apreciam pelo seu teor divertido e de convívio.

Ao longo do presente estágio curricular, a estagiária participou ainda em algumas atividades organizadas pela instituição nomeadamente, no campeonato de Boccia no qual foi monitora, num baile de máscaras e numa festa alusiva ao dia de Reis.

6. Caso clínico

Datas dos atendimentos: 13 de junho, 4 de julho e 18 de julho de 2012.

6.1. Apresentação do caso clínico

Antes de iniciar a observação do caso clínico, a utente já havia começado o acompanhamento no FACes, tendo sido encaminhada pelo Centro Social de Ronfe (centro onde os seus filhos são acompanhados). Trata-se de uma senhora com 31 anos de idade, divorciada, que nasceu e viveu na Alemanha até ao casamento, que realizou o seu percurso académico no país de origem tendo conseguido equivalência em Portugal, obtendo assim habilitações ao nível do 12º ano de escolaridade no âmbito do apoio a crianças (auxiliar de ação educativa).

Quando o atendimento foi iniciado, a utente estava divorciada há um ano. Havia história de violência doméstica, tinha uma relação distante com os filhos (tinha visitas apenas de 15 em 15 dias) e mantinha um relacionamento íntimo com o ex-marido como estratégia para visitar com mais regularidade os seus filhos. Já na família de origem da utente se verifica a existência de uma situação de divórcio, de violência doméstica e uma “desistência” do pai de C. em relação à mesma, tal como se verifica da utente para com o seu filho mais velho. Atualmente não existe uma relação de proximidade entre a família de origem e a utente por esta ter contraído dívidas durante o casamento e consequentemente ter colocado em risco o património da família.

Pelo facto da relação existente entre a utente e o seu filho mais velho ter vindo a piorar, a utente aceitou a sugestão de inclusão do seu filho no processo de acompanhamento com o objetivo de melhorar a relação existente entre eles. Considerando esta nova etapa do processo, a observação deste caso clínico tornou-se pertinente, uma vez que o modelo relacional constitui uma chave de leitura adequada para intervir junto desta problemática.

6.2. Descrição do caso clínico

Devido à existência de um divórcio conflituoso, o filho mais velho da utente passou a ser alvo de alienação parental (Sá & Silva, 2011) por parte do pai visando a utente. A figura paterna deste menor utiliza estratégias para impedir, obstaculizar ou

destruir os vínculos com o outro progenitor, manipulando-o psicologicamente com o intuito de provocar nestes sentimentos de rejeição, de imputar culpas ou de provocar a desmoralização do outro progenitor (Aguilar, 2008; Sá & Silva, 2011). A alienação parental representa todas as situações em que o progenitor possuidor da guarda (neste caso, o pai) vai educando a criança com o intuito de fomentar o ódio perante a outra figura parental (Sá & Silva, 2011), o que tem vindo a criar, com o passar do tempo, uma relação disfuncional entre a utente e o seu filho mais velho.

Neste caso, o ex-marido da utente adota três dos vários tipos de comportamentos referidos por Sá e Silva (2011) para instrumentalizar o seu filho mais velho, mais concretamente: desvalorizar o outro progenitor perante terceiros, na maioria das vezes, na sua presença, sujeitando-o a constantes discursos de desvalorização, com contornos de humilhação e lesão da sua imagem e do seu bom nome, seja referindo-se a aspetos da sua vida pessoal, profissional ou de qualquer outro nível, muitas vezes sobre a própria relação com a criança; a constante desqualificação do ex-companheiro (a) perante J., provocando um efeito de diminuição da sua pessoa e dos seus atributos e a prática de hábitos que interferem diretamente na relação entre o outro progenitor e o J. causando perturbação nessas relações, impedindo-as ou dificultando-as. O pai do menor tem por hábito impedir as visitas ou criar dificuldades à sua realização, assim como ocupar os filhos no horário da visita da ex-mulher, criando atividades que estes gostem preferencialmente (consultar anexo XXXV).

Segundo Kelly e Johnston (2001) este tipo de postura por parte do progenitor *alienante* pode induzir comportamentos de passividade e desistência da disputa pela custódia ou visitação no progenitor alienado (figura parental alvo de alienação), tal como se verifica no caso desta mãe. Num estudo realizado por Johnston (2003) foi constatado que a dinâmica familiar das crianças que apresentavam pouca ou nenhuma vontade em passar tempo com um dos progenitores e que resistem ou recusam visitá-lo, incluem um pai/mãe com capacidades parentais disfuncionais e com falta de compreensão do ponto de vista da criança, como se verifica neste caso. A utente demonstra ter dificuldade em compreender que o comportamento do seu filho é fruto da *alienação* de que é alvo por parte do pai. Tal como defende o autor supracitado, esta apresenta uma ausência de capacidades parentais e sente dificuldade em compreender o ponto de vista do seu filho mais velho. A presença destas dimensões é perceptível quando esta mãe coloca o ex-marido em primeiro lugar relegando o bem-estar dos filhos para segundo plano. O facto dela “desistir” do filho mais velho acreditando que esta sua

atitude prejudicará o ex-companheiro, demonstra claramente que há uma ausência de competências parentais.

Por outro lado, esta progenitora não compreende o ponto de vista do seu filho em relação a si mesma porque tende a tratá-lo de “igual para igual”, isto é, coloca-o no mesmo nível hierárquico relacional que ela. Esta mãe tem dificuldade em compreender que um menino de 11 anos não pode nem deve ser tratado da mesma forma que um adulto pois não tem a mesma maturidade e competências psicossociais para compreender e lidar com uma determinada situação. Ao tratá-lo desta forma, esta progenitora nega o limite hierárquico e psicológico existente entre adultos e crianças (Warshak, 2000) e entre pais e filhos (menores). Esta negação por parte da utente leva-a a confundir o seu papel de mãe e mulher colocando os seus desejos de mulher acima das suas funções de mãe, o que se reflete na sua relação com o seu filho mais velho. Ao longo dos atendimentos, C. verbalizou que não o iria perdoar pelo que ele tem dito a seu respeito e feito (afastar-se da mãe, desejar que ela morra, inventar mentiras a seu respeito nomeadamente dizer que a viu na rua a beijar um homem) (consultar anexo XXXVII). Estas afirmações demonstram que a utente nega o limite hierárquico e psicológico existente entre ela e o seu filho mais velho, estabelecendo com o mesmo uma relação de “igual para igual”. Segundo Lamela, Figueiredo e Bastos (2010), a qualidade de *vinculação* ao ex-cônjuge durante o casamento pode explicar e prever os níveis de ajustamento após a dissolução do mesmo. A forma como o adulto opera e compreende o mundo, adquire ou ignora a informação, interage no quadro das relações interpessoais e resolve os desafios desenvolvimentais, depende do seu estilo de vinculação. Numa matriz relacional, o indivíduo adquire competências e estratégias de regulação emocional de acordo com o seu estilo de vinculação, o que pode promover ou dificultar a sua adaptação ao contexto, neste caso ao divórcio (Soares & Dias, 2007) (Consultar anexo XXXV).

Outro fator que nos poderá ajudar a compreender o padrão relacional desta utente enquanto mãe e esposa prende-se com a sua família de origem, onde houve também história de violência doméstica e um processo de divórcio. Segundo Andolfi (1998), a abordagem *triggeracional* oferece-nos um significado mais amplo do problema existente, comparando as relações atuais com as relações existentes na respetiva família de origem. Com base no pensamento deste autor, C. está a repetir o padrão familiar da sua família de origem. O facto de ter presenciado episódios de violência doméstica entre os seus pais e de ter vivenciado o processo de divórcio dos mesmos, ao longo da sua

infância e adolescência, teve influência na forma como compreendeu o papel de mãe e esposa.

Segundo Cigoli e Scabini (2000), a história ligada à família de origem influencia o indivíduo e a formação da sua nova família, como se verifica neste caso. No terceiro atendimento (consultar anexo XXXVII) ponderou-se a hipótese de que a relação atual da utente com o seu filho mais velho possa ser sobrecarregada pelo peso de uma relação não resolvida entre esta e o seu progenitor, sem que ela tenha consciência. De acordo com esta perspectiva intitulada de transmissão intergeracional, todas as questões não resolvidas das gerações precedentes são transmitidas às gerações seguintes, tendo estas a possibilidade de elaborá-las ou de transmiti-las por sua vez às gerações futuras (Scabini & Cigoli, 2000).

A distinção entre estas duas situações está em diferenciar o que Scabini e Cigoli (2000), intitularam de passagem e transmissão intergeracional. No primeiro caso ocorre apenas uma repetição do padrão familiar de origem, enquanto no segundo caso se trata do laço que se instala entre os membros da família e o modo como estes enfrentam e realizam o luto das características existentes no padrão familiar de origem. Se um membro da família não for capaz de experimentar/realizar o luto, nem individualmente nem coletivamente, então desenvolverá na sua família nuclear um modelo familiar semelhante ao da sua família de origem, ocorrendo assim a passagem intergeracional. Contudo, se um membro da família for transmitindo de uma geração para a outra, outro padrão relacional que não o existente na sua família de origem, porque foi capaz de elaborar o seu luto, ocorrerá a transmissão intergeracional.

Caso a utente não esteja disposta a mudar em prol de melhorar a sua relação com o filho mais velho, esta poderá dar origem a uma distância emocional entre ambos, como se verifica em relação à sua família de origem. Existe entre a utente e a sua família os dois tipos de *cut-off* definidos por Bowen (1978 *cit. in* Elkaim, 1998): o de carácter real e físico uma vez que ambos vivem em países diferentes e o de carácter interno tendo em conta que a utente utiliza vários mecanismos intrapsíquicos e mesmo fisiológicos para evitar o contato com a sua família (nomeadamente verbalizar que caso um dia volte para a Alemanha, não irá viver na mesma cidade em que vivem os seus pais e que não sente falta do seu pai de quem afirma gostar muito). De acordo com o mesmo autor, o *cut-off* também designado por *corte emocional*, desenvolve-se como forma de administrar a ligação emocional não-resolvida em relação aos pais ou a outros

indivíduos significativos, podendo no caso da utente estes ser representados ou pelo ex-marido ou pela sua figura paterna, ou talvez até ambos (consultar anexo XXXV).

Para além do facto da utente não estar disponível de momento em melhorar a sua relação com o filho mais velho poder suscitar um corte emocional entre ambos, o facto desta ponderar sair do país também poderá contribuir para o afastamento emocional dos seus filhos. Ao longo do 2º atendimento, a utente partilhou que estava a pensar sair do país mas que estava um pouco indecisa pois tinha receio que o seu filho mais novo se sentisse abandonado por ela. Quanto ao seu filho mais velho, referiu apenas que a sua saída do país seria indiferente para ele, uma vez que não quer estar com ela neste momento (Consultar anexo XXXV), o que demonstra mais uma vez que a utente nega o limite hierárquico e psicológico existente entre ela e o seu filho mais velho, tratando-o de igual para igual. A ausência de capacidade de reflexão associado às suas dificuldades com o português (pelo facto de ter vivido muitos anos na Alemanha) poderão estar na origem desta dificuldade.

6.3. Objetivos de intervenção

Os objetivos de intervenção consistiram em explorar a relação entre mãe e filho e possíveis mudanças; explorar estratégias para a diminuição da instrumentalização de J. por parte dos seus pais e o significado que a mesma tem para a utente.

Do primeiro para o segundo atendimento os objetivos terapêuticos tiveram de ser reformulados, uma vez que a utente decidiu *desistir* do filho mais velho, não o levando consigo para o atendimento. Esta decisão por parte da utente deveu-se essencialmente ao facto do menor não manter contato com a família materna durante a sua comunhão solene (realizada no fim-de-semana seguinte à ultima sessão) e continuar a não querer ir para casa da mãe nos períodos que lhes são destinados. A decisão da utente alterou os objetivos iniciais do processo de acompanhamento, uma vez que esta não está disponível de momento para mudar em prol de melhorar a sua relação com o filho. Posto isto, os objetivos terapêuticos da 2ª sessão passaram a ser discutir os significados da ausência do filho mais velho da utente na sessão; discutir sobre futuro da relação da utente com o seu filho mais velho e explorar os motivos que levaram utente a “desistir” do mesmo.

Por último na 3ª sessão, os objetivos terapêuticos foram discutir com a C. o futuro da sua relação com o filho mais velho; discutir com a utente a sua possível saída

do país e as consequências que a mesma irá ter na relação com os filhos; explorar junto de C. se o filho mais novo constituiu um motivo suficientemente importante para ela não sair do país; discutir com C. o “esquema da balança” com o intuito de compreender em qual dos dois papéis (utente-mãe/ utente-mulher) se encontra na forma como compreende o filho, ex-marido e a si mesma.

6.4. Linhas de intervenção

O processo com o filho da utente iniciou-se a partir de um atendimento individual com a Dra. Liliana Trigueiros. Ao longo do primeiro atendimento, a psicóloga após a explicação dos objetivos deste processo e da iniciação da relação com o utente, pediu a J. que refletisse e partilhasse consigo todos os pedidos que gostaria de fazer à mãe, mas que nunca teve oportunidade. Esta atividade teve como principal objetivo explorar as dificuldades relacionais entre mãe e filho na perspetiva da criança, bem como a preparação de uma segunda sessão na presença da mãe na qual seriam apresentados e discutidos/negociados os pedidos de cada um.

No decorrer da sessão J. apresentou três pedidos, nomeadamente que os pais parassem de instrumentalizá-lo; que a mãe deixasse de contatar as autoridades sempre que o seu pai não cumprisse o acordo estabelecido pelo Tribunal quanto à guarda das crianças e que o ajudasse com as suas dificuldades escolares (consultar anexo XXXV).

Na sessão seguinte (na qual estavam presentes mãe e filho), C. pediu ao J. que este se portasse bem e ele respondeu, *se tu cumprires, eu também cumpro*. Para terminar a sessão, foi pedido a C. e J. que pensassem sobre os pedidos um do outro para que na próxima sessão déssemos continuidade ao assunto, e ainda que este lesse uma página por dia do livro dos dinossauros (oferecido pela psicóloga, depois de percebermos que este era um tema do interesse da criança) com a mãe e discutisse com ela o conteúdo do texto.

Ao longo do processo de acompanhamento, foi criada uma relação de ajuda cuja finalidade consistia em ajudar a utente, facilitando o seu crescimento através de uma reflexão mais profunda, proporcionando-lhe uma verdadeira escuta, de forma a promover um autoconhecimento mais aprofundado. Nesta perspetiva, o objetivo da relação de ajuda não passou tanto por diagnosticar uma doença, mas por interpretar os sinais emitidos pela utente, compreender a sua experiência, saber dar voz às suas necessidades mais profundas, que estão além, muitas vezes, do próprio pedido expresso por palavras (Andolfi, 2003a). A relação de ajuda criada ao longo do processo de

acompanhamento representou também uma forma de amparo no percurso de desenvolvimento pessoal da utente, para acompanhar a pessoa a ver mais claro em si própria e para que ela possa descobrir e desenvolver os seus recursos latentes, perante o seu problema e construção de um projeto de mudança. De acordo com esta linha de pensamento, a finalidade última da intervenção foi o de ajudar a utente a enfrentar a realidade vivenciada no presente, melhorando as relações pessoais e a sua qualidade de vida (Ravenna, 2001 *cit. in* Raguzo, 2011).

Para alcançar esta relação de ajuda foram utilizadas estratégias de intervenção durante o processo de acompanhamento, nomeadamente a leitura conjunta da página de um livro sempre que o menor estivesse em casa da mãe para potenciar a relação entre ambos (tendo esta estratégia surgido a pedido de J. pelo facto de sentir dificuldades escolares); uma troca de pedidos entre mãe e filho durante o qual J. pediu à mãe que ela parasse de chamar a GNR e conversasse com o seu pai quando este desrespeitasse as medidas do Tribunal, que parasse de dizer mal do seu pai e para não ser envolvido nos problemas conjugais e C. pediu ao seu filho que este se portasse bem, ao que ele lhe respondeu que se ela cumprisse o acordo, ele também cumpriria; o debate para discutir com a utente o “esquema da balança” com o intuito de compreender de que forma os dois papéis (mãe/esposa) poderão equilibrar-se e sobretudo como se poderão equilibrar; a aplicação do colóquio (Andolfi, 2003a) como forma de exploração com a utente da sua possível saída do país e as consequências que a mesma terá na relação com os filhos e do futuro da sua relação com o filho mais velho.

Para além destas estratégias de intervenção também foi utilizada a *provocação terapêutica* de Andolfi (1989) sempre que se pretendia suscitar uma mudança junto da utente, nomeadamente quando se pretendia que esta refletisse sobre o seu papel de mãe e mulher, tomando consciência de que esta sua possível saída do país indicava uma confusão de papéis (o seu papel de mulher se sobrepunha ao de mãe).

Para demonstrar à utente que o seu filho mais velho pode estar a adotar o mesmo comportamento que ela, quando esta tinha a mesma idade, visto que os seus pais também passaram por um processo de divórcio (consultar anexo XXXVII), recorreu-se a uma estratégia que Andolfi (2003a) designou de perguntas *intergeracionais*. Estas consistem em associar um sentimento atual do utente (neste caso, um sentimento atual do filho mais velho da utente) à sua história de desenvolvimento (nesta situação, à fase de desenvolvimento em que a utente tinha a mesma idade que o seu filho tem atualmente), como foi realizado com a utente e o seu filho no contexto de atendimento.

Neste sentido foi-lhe perguntado se o J. não estará a ter o mesmo comportamento que ela quando esta tinha a sua idade, uma vez que os pais da utente também passaram por um processo de divórcio e o seu pai se afastou da família, tal como está a acontecer com a utente em relação ao seu filho mais velho. Ao que ela respondeu *eu nunca fui agressiva com o meu pai como o J. Eu gostava muito dele apesar dele nos ter deixado. Não inventava mentiras sobre ele!* Perante estas afirmações, a provocação foi acompanhada por uma ação de apoio, fazendo com que a utente, sentindo-se atacada nas próprias defesas, perceba que o seu problema oculto foi entendido. Para tal foi-lhe transmitido que o objetivo não foi atacá-la nem magoá-la mas sim que ela tentasse recordar a forma como ela se sentiu naquela altura, com o intuito de tentar compreender o comportamento do seu filho mais velho. Ao que ela respondeu que é difícil pois ela e o seu filho reagem de maneira diferente. De acordo com Andolfi e Angelo (1989), a provocação ocorre na maior parte das vezes quando se tocam aspetos relacionais ou pessoas especialmente conflituosas ou contraditórias com a imagem construída ou demonstrada exteriormente. Nesses casos, os sujeitos alvos da provocação apresentam uma reação de distanciamento ou de oposição da imagem, ou da definição proposta, tal como se verifica na resposta dada pela utente. O embaraço sentido na mesma indica a sua resistência em considerar que o seu filho mais velho tem o mesmo comportamento que ela quando esta tinha a sua idade, o que nos permite deduzir que a questão provocatória colocada atingiu aspetos fortemente conflituais para a utente, suscitando-lhe emoções contrastantes (Andolfi & Angelo, 1989). Para ela, reconhecer que o seu filho mais velho pode possuir características semelhantes às suas, obrigá-la-ia a desnudar feridas muito profundas (devido aos sentimentos experienciados aquando do divórcio dos pais e consequente afastamento do progenitor), daí sentir a necessidade de se “proteger” assumindo que ela e o seu filho são pessoas diferentes.

6.5. Objetivos por cumprir

Tendo em conta que o caso continua em acompanhamento e a postura da utente permanece a mesma, ainda faltam cumprir alguns objetivos, nomeadamente melhorar a relação entre esta e o seu filho mais velho pois a utente não está disponível para isso neste momento; compreender se o filho mais novo é um motivo suficientemente importante para ela não sair do país uma vez que a utente não foi clara em relação a este assunto e por último, perceber se “esta confusão de papéis” está a influenciar negativamente a relação com os filhos, ex-marido e consigo própria, uma vez que a

forma como esta se entende enquanto mãe acabará por ter influência na sua relação com o filho mais novo e consequentemente no seu bem-estar. Posto isto, é importante explorar a forma como a utente se vê enquanto mãe para que não se verifique no futuro o mesmo afastamento físico e emocional com o seu filho mais novo, como se verifica atualmente com o mais velho. Com o intuito de evitar esta situação, tem-se tentado ao longo dos atendimentos que a utente reflita sobre a sua forma de ser e o modo como se vê enquanto mãe e mulher, para que estes papéis não sejam confundidos e consequentemente não influenciem a sua relação com os filhos.

Além de tudo isto, também se considera importante trabalhar a relação entre a utente e a sua família de origem. Como foi referido anteriormente, as relações não-resolvidas influenciam a formação da nova família, daí a importância de explorar esta relação. Importa que a utente tome consciência da influência que a ausência da sua família de origem tem na sua vida, para que possa integrar esta dimensão na sua história de vida, melhorando assim a sua relação com o filho mais velho e o seu bem-estar.

6.6. Reflexão sobre as competências de intervenção e sua implicação na relação de ajuda

Esta primeira experiência com a Dra. Liliana Trigueiros permitiu-me desenvolver as competências de intervenção psicológica necessárias num processo de acompanhamento. Ao longo dos atendimentos, fui desenvolvendo aquilo que Andolfi (2003a) caracterizou de disponibilidade para a escuta ativa e criação de uma relação empática, uma vez que fui conseguindo escutar com atenção as informações facultadas pela utente, sem deixar de as associar, internamente, à maneira com a qual ela falava delas, às expressões que usava, aos gestos, às atitudes que manifestava na nossa presença (minha e da Dra. Liliana Trigueiros). A minha postura no contexto de atendimento psicológico, não passou por escutar tudo aquilo que me foi dito sem intervir nem estar atenta, mas passou sim por efetuar comunicações (verbais ou não-verbais) a respeito das discrepâncias ou aspetos significativos sobre o que a utente fazia ou dizia, possibilitando desta forma que ela se sentisse compreendida.

De acordo com o mesmo autor, a escuta ativa pressupõe claramente a capacidade empática, isto é, compreender as pessoas desde o seu ponto de vista mais do que a partir do nosso e sentir as suas emoções na nossa própria pele. Para que uma expressão seja compreendida é necessário que o observador reconheça uma vivência própria na

emoção, na palavra e no gesto do outro, trata-se de uma “coabitação recíproca” sem a qual é impossível alcançar uma autêntica comunicação. A criação desta relação empática com a utente tornou-se mais evidente quando esta decidiu “desistir” do seu filho mais velho, pois apercebi-me que consegui compreender a sua decisão do seu ponto de vista, tendo sido difícil inicialmente devido à divergência existente entre o modelo maternal da minha família de origem e o da utente.

Tive também a oportunidade de desenvolver o que Andolfi (2003a) caracteriza de reciprocidade social e comunicação transcultural. O facto da utente ter nascido e vivido num país estrangeiro fez com que apresentasse algumas dificuldades relacionadas com a construção frásica e o vocabulário, sendo por isso necessário ajustar a linguagem ao seu nível de compreensão. De acordo com o autor supracitado, a finalidade da comunicação consiste em utilizar a linguagem corrente do interlocutor no lugar de uma linguagem técnica, que cria distância, permanecendo sempre atento ao significado relacional da linguagem em si mesma e ao conteúdo emotivo que a sustenta.

Tive ainda a oportunidade de compreender melhor a importância da comunicação não-verbal em contexto de atendimento, nomeadamente que esta transmite informações que a linguagem verbal não pode ou não está apta a enviar. A importância deste tipo de comunicação prende-se essencialmente com a transmissão de atitudes interpessoais e, em geral, de todas as informações que dizem respeito à relação; à expressão das emoções, dos sentimentos e das atitudes, na maior parte das vezes inconscientes, que cada um possui acerca de si próprio e da sua própria imagem corpórea e ainda pelo facto de ser metacomunicativa, isto é, da inflexão da voz, os gestos, a mímica facial e outros elementos semelhantes indicarem a chave de interpretação com a qual podemos descodificar a mensagem verbal (Ugazio, 1988 *cit. in* Raguzo, 2011).

Posto isto, esta primeira experiência com a Dra. Liliana Trigueiros permitiu-me chegar à conclusão que a presença das competências de intervenção psicológica acima referidas é fundamental num processo de acompanhamento e que sem elas é impossível criar uma relação terapêutica autêntica. A maior dificuldade e, por conseguinte, a maior habilidade que é preciso desenvolver no contexto de atendimento é a capacidade de escutar, de forma a conseguir que a pessoa que nos solicita ajuda se sinta à vontade para partilhar toda a sua vivência e pessoa. A observação deste caso clínico, possibilitou-me ainda a oportunidade de compreender em que consiste o processo de ajuda no contexto

prático, tendo em conta que me ensinou a comunicar comigo própria e com os outros (Ravenna, 2001 *cit. in* Raguzo, 2011), sendo precisamente este o seu objetivo.

Por último, gostaria de acrescentar que foram sentidas algumas dificuldades, nomeadamente em retomar o tema inicial quando a utente divagava nas suas respostas e em lidar em termos pessoais com o facto da utente ter “desistido” do seu filho (modelo maternal muito divergente do da minha família de origem). Contudo, apesar das dificuldades sentidas esta experiência foi bastante enriquecedora.

Conclusão/reflexão

O presente estágio curricular contribuiu positivamente para a minha formação profissional e pessoal, embora tenham sido sentidas algumas dificuldades ao longo do mesmo. O facto do público-alvo escolhido ser demasiado heterogéneo (constituído por idosos dependentes, autónomos, semiautónomos, não idosos e portadores de psicopatologias) e conflituoso (a presença de uns conduzia obrigatoriamente a ausência de outros, o que dificultava a participação de todos nas atividades propostas) dificultou o processo de integração no contexto de estágio numa fase inicial. Contudo estas dificuldades foram sendo ultrapassadas à medida que a aproximação dos idosos e da equipa técnica foi conseguida. Para além desta aproximação, também se tornou necessário passar de uma postura pessimista (em que se acreditava que a intervenção com os idosos seria muito difícil) para uma postura otimista (em que se acreditava que a intervenção com os idosos era exequível e poderia ser uma mais valia para eles), para conseguir intervir junto dos idosos do centro de dia.

Para além das dificuldades pessoais, também foram colocados alguns obstáculos por parte da equipa técnica da instituição. Aquando da planificação da ação de formação sobre a divulgação do trabalho de um psicólogo da família numa IPSS, foi sentido algum desentusiasmo por parte de alguns técnicos no que concerne ao interesse em melhorar a sua formação e os serviços prestados pela instituição, embora inicialmente concordassem em participar na mesma. Esta perda de interesse talvez esteja associada à falta de recursos humanos e à sobrecarga laboral associada ou ao facto da instituição adotar uma política remediativa e não preventiva perante as problemáticas existentes. No decorrer do presente estágio curricular, vários obstáculos foram colocados a este nível por parte da instituição, uma vez que não foi possível intervir junto das famílias dos idosos, nem junto de problemáticas existentes no local de estágio para as quais a psicologia da família constituía uma chave de leitura pertinente. Este entrave demonstra não só que não é atribuída a mesma credibilidade ao papel de estagiário e de profissional, como que a instituição não estava disponível para melhorar os seus serviços, talvez pelo facto de não querer proporcionar um serviço que não teria continuidade, tendo em conta que o estágio curricular duraria apenas alguns meses e não seria possível integrar mais um técnico na equipa técnica que pudesse dar continuidade ao trabalho desenvolvido (devido às dificuldades económicas que a instituição atravessa de momento).

Posto isto, a realização do estágio curricular no CSCRAV permitiu-me ter acesso às lacunas existentes na instituição no que ao apoio psicossocial diz respeito e reforçar a importância da integração de um profissional desta área na sua equipa técnica. Com base no levantamento de problemáticas existentes nas diversas valências existentes nesta IPSS, foi possível chegar à conclusão que o modelo relacional constituiu uma chave de leitura pertinente para intervir junto das mesmas, o que contribuiu para a expansão do modelo e consequentemente do mestrado no âmbito da psicologia da família. Gostaria ainda de acrescentar que apesar de numa fase inicial, a instituição não ter conhecimento de qual seria o meu papel nem a minha intervenção, foram sendo conseguidas algumas melhorias ao longo do estágio a este nível, aumentando assim a participação de alguns colaboradores nas atividades e propostas de intervenção apresentadas. Sentimos também, gradualmente, um maior reconhecimento da importância de um psicólogo na instituição, do seu papel e contributos para a melhoria dos serviços prestados aos utentes.

A realização do presente estágio curricular no CSCRAV também contribuiu positivamente para a minha formação pessoal. O contato com os idosos permitiu-me chegar à conclusão que é uma população muito esquecida pela nossa sociedade que necessita de apoio, principalmente psicossocial. A troca de experiências, o carinho, a sabedoria e a gratidão manifestada por parte desta população permitiram-me crescer sobretudo enquanto pessoa, despertando em mim um desejo de trabalhar com idosos que desconhecia.

Por sua vez, o contato com os profissionais de diferentes áreas enriqueceu a minha formação profissional, sobretudo por me ter sido dada a possibilidade de contactar com outras áreas para além da psicologia, aumentando assim o grau de compreensão do desempenho de outras profissões sobretudo num contexto de IPSS.

Por último, a observação de um caso clínico no FACes, também contribuiu positivamente para a minha formação, uma vez que tive pela primeira vez a oportunidade de observar um técnico, planejar sessões, interagir com o(s) utente (s) e relacionar o modelo relacional com a prática, o que contribuiu para melhorar a sua compreensão. O contato direto com os utentes, a possibilidade de atender a um pedido de ajuda, a possibilidade de criar uma relação empática com os mesmos e o desafio constante sentido ao longo do processo de acompanhamento através da vontade de querer ajudar a pessoa que nos procura ou nos é encaminhada, são experiências bastante enriquecedoras que não se aprendem apenas a partir das aprendizagens teóricas, daí a

importância da realização da observação de casos clínicos. Convém ainda referir que a realização deste tipo de observação é fundamental para um futuro psicólogo/a, pois é através da mesma que lhe é dada a possibilidade de se confrontar entre outros aspetos, com os seus valores, as suas dificuldades e consequentes estratégias para conseguir ultrapassar as mesmas.

Gostaria ainda de acrescentar que o processo de supervisão contribuiu positivamente para a realização do presente estágio curricular, uma vez que foi fundamental para a compreensão da aplicabilidade do modelo da psicologia da família ao contexto institucional; possibilitou o alcance de um processo de reflexão e aprendizagem mais aprofundado pelo facto da ajuda prestada ser proveniente de uma profissional mais experiente; me auxiliou no processo de reflexão acerca da pertinência de um psicólogo da família naquele contexto institucional e por último, contribuiu positivamente sobretudo pelo facto de ser a única psicóloga da mesma área com a qual eram trocadas ideias e procedimentos sobre a realização do estágio.

Por sua vez, o processo de orientação também teve um contributo positivo na realização do estágio embora não com a mesma intensidade, tendo em conta que a formação da orientadora local não era da área da psicologia, impossibilitando assim a compreensão de determinadas atividades relacionadas com o estágio. Apesar disso, o seu papel foi essencial por várias razões, nomeadamente para compreender o contexto prático, de forma a conseguir realizar a integração no mesmo; para conseguir conquistar os participantes envolvidos nas diversas propostas de intervenção apresentadas ao longo do ano; para estabelecer a ponte entre o contexto académico e o contexto prático, de forma a melhor compreender este último e sobretudo para lidar com as dificuldades sentidas no contexto institucional ao longo da realização do estágio.

Por todas as razões citadas anteriormente, esta primeira experiência profissional contribuiu significativamente quer para a formação profissional da estagiária, quer para o seu crescimento enquanto pessoa.

Referências bibliográficas

Adeonato, V., Carvalho, R., Siqueira, V., & Souza, F. (2005). Qualidade de vida e depressão em mulheres vítimas dos seus parceiros. *Revista Saúde Pública*, 39 (1), 108-113. Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v39n1/14.pdf>

Aguilar, J. (2008). *Síndrome de alienação parental, filhos manipulados por um cônjuge para odiar o outro*. Casal de Cambra: Caleidoscópio Edição e Artes Gráficas, SA.

Alarcão, M. (2002). *(Des) Equilíbrios familiares: uma visão sistémica*. Coimbra: Quarteto Editora.

Alegret, J., & Baulenas, G. (1997). La intervención. In M. Coletti & J.L. Linares (Eds). *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática, la experiencia de Ciutat Vella*.(pp. 125-164). Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, SA.

Andolfi, M., & Angelo, C. (1989). *Tempo e mito nella Psicoterapia Familiare*. [Tempo e mito em psicoterapia familiar]. Porto Alegre: Artes médicas.

Andolfi, M. (1998). Família/indivíduo: um modelo trigeracional. In M. Elkaim (Eds). *Panorama das terapias familiares*. (pp. 19-142). São Paulo: Summus Editorial.

Andolfi, M. (2003a). *Il Colloquio Relazionale*. [El coloquio relacional] Barcelona: Paidós Terapia Familiar.

Andolfi, M. (2003b). *Manual de psicologia relacional. La dimensión familiar*. Roma: Accademia di Psicoterapia della famiglia.

Benetti, S. (2006, Setembro). Conflito conjugal: impacto no desenvolvimento psicológico da criança e do adolescente. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(2). Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/prc/v19n2/a12v19n2.pdf>

Benbow, S. M., Marriott, A., Morley, M., & Walsh, S. (1993). Family therapy and dementia: Review and clinical experience. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 8, 717-725. Doi: 10.1002/gps.930080903

Berant, R., Francini, G., Mazzei, D., & Pappalardo, L. (2002). Quando o casamento acaba a família pode continuar? Intervenções psicojurídicas na crise e no rompimento do casal. In M. Andolfi (Eds). *A crise do casal: uma perspectiva sistémico-relacional*. (pp. 201-233). Porto Alegre: Artmed Editora Ltda.

Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo, la diferenciación del sí mesmo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós Terapia Familiar.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books.

Cancrini, L; Gregorio, F; & Nocerino, S. (1997). Las familias multiproblemáticas. In M. Coletti, J.L. Linares (Eds). *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática, la experiencia de Ciutat Vella*. pp. 45-80). Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, SA.

Calil, V. (1987). *Terapia familiar e de casal*. São Paulo: Summus Editorial Ltda.

Cardinali, F. (2003). Il Genograma. Come rappresentare graficamente una storia di famiglia. In M. Andolfi, & V. Cigoli (Eds). *La famiglia D'origine – L'incontro in psicoterapia e nella formazione*. (pp. 99-125) Milão: Franco Angeli.

Cecconello, A. M. (2003). Resiliência e vulnerabilidade em famílias em situação de risco. (Tese de Doutorado Não publicada). Retirado de: http://www.msmedia.com/CEPRUA/artigos/alessandra_tese.pdf

Cerón, I., & Cruz, A. (2002, Dezembro). Impacto psicológico de la negligencia familiar (leve *versus* grave) en un grupo de niños y niñas. *Análise de psicologia*, 18(2). Retirado de <http://digitum.um.es/jspui/bitstream/10201/8004/1/Impacto%20psicologico%20de%20la%20negligencia%20familiar%20%28leve%20versus%20grave%29.pdf>

Charbonneau, J. (1996). Le côté sombre du don dans la parenté. *Recherches sociographiques*, 37, 113-130. Doi: 10.7202/057012ar.

Cheli, E. (2004). *Teorie e tecniche della comunicazione interpersonale: una introduzione interdisciplinare*. Retirado de http://books.google.it/books?hl=ptBR&lr=&id=uztEb4GUg2QC&oi=fnd&pg=PA9&dq=relazioni+interpersonali+secondo+il+modello+sistemicorelazionale&ots=Y_EPi8B_FK&sig=KR03w5fiiivQEmSFik41VjyPwZ7c#v=onepage&q&f=false

Dellmann-Jenkins, M. (1997). A Senior – Centered Model of Intergenerational Programming With Young Children. *Journal of Applied Gerontology*, 16(4) 495-506. Doi: 10.1177/073346489701600407

Diogo, M., Ceolim, M., & Cintra, F. (2005, Agosto). Orientações para idosos que cuidam de idosos no domicílio. *Revista da Escola de Enfermagem*, 39(1). Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v39n1/a13v39n1.pdf>

Eizirik, M., & Bergmann, D.S. (2004, Dezembro). Ausência paterna e sua repercussão no desenvolvimento da criança e do adolescente: um relato de caso. *Revista de Psiquiatria*, 26(3). Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/rprs/v26n3/v26n3a10.pdf>

Elkaim, M. (1998). *Panorama das terapias familiares*. São Paulo: Summus Editorial.

Ferreira, M. (2006, Junho). A comunicação no cuidado: uma questão fundamental na enfermagem. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 59(3). Retirado de: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v59n3/a14v59n3.pdf>.

Ferreira, F. (2008, Junho). *As crianças e a comunidade: uma perspectiva intergeracional da educação*. Documento apresentado no IV Congresso Português de Sociologia. Mundos sociais: saberes e práticas, Lisboa.

Féres-Carneiro, T. (1998). Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. *Psicologia Reflexão e Crítica*, 11 (2). Retirado de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=18811214>

Gardner, A. (1998). *The parental alienation syndrome: a guide for mental health and legal professionals*. Cresskill: Creative therapeutics.

Greco, O. (2004). *La Doppia Luna. Test dei confini e delle appartenenze familiari*. Milano: Vita e Pensiero.

Huckle, P. L. (1994). Review: Families and dementia. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 9, 735-741. Doi: 10.1002/gps.930090908

Johnston, R. (2003, Junho). Parental alignments and rejection: an empirical study of alienation in children of divorce. *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law*, 31 (2). Retirado de: <http://www.jaapl.org/content/31/2/158.full.pdf+html?sid=cb946ece-e88a-4020-a14b-d37baf92d60a>

Kelly, B., & Johnston, R. (2001). The alienated child: a reformulation of parental alienation syndrome. *Family Court Review*, 39(3). Retirado de: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.174-1617.2001.tb00609.x/pdf>.

Lacharité, C. (2006). Vers une théorie écosystémique de la négligence envers les enfants. *Revue bulletin de psychologie*, 4, 381-194. Doi: 0.3917/bupsy.484.0381

Lamela, D., Figueiredo, B., & Bastos, A. (2010, Setembro). Adaptação ao divórcio e relações coparentais: contributos da teoria da vinculação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23(3). Retirado de: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v23n3/17.pdf>

Linares, J. (1997). Modelo sistémico e família multiproblemática. In M. Coletti, J.L. Linares (Eds). *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática, la experiencia de Ciutat Vella*. pp. 45-80). Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, SA.

López, M. & Martínez, J. (2007). *El apoyo a los cuidadores de familiares mayores dependientes en el hogar: desarrollo del programa "Cómo matener su bienestar"*. Madrid: Artegraf, SA.

López- Gil, M., Orueta-Sánchez, R., Gómez-Caro, S., Sanchez-Oropesa, A., Carmona de la Morena, J. & Alonso-Moreno, J (2009, Maio). El rol de Cuidador de personas dependientes y sus repercusiones sobre su Calidad de Vida y su Salud. *Revista clínica de maedicina de família*, 2(7). Retirado de <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=169614509004#>.

Losada-Baltar, A., Izal-Fernández, M., Montorio-Cerrato, I., Márquez-González, M. & Pérez-Rojo, G. (2004, Janeiro). Eficacia diferencial de dos intervenciones psicoeducativas para cuidadores de familiares com demência. *Revista de neurologia*, 38(8). Retirado de http://areas.cs.urjc.es/psicologia/www/rev_neurologia.pdf

Lourenço, S. & Fernandes, O. (2011, Dezembro). "O álcool entre nós": impacto do consumo do álcool no casal. *Revista CES Psicologia*, 4(2). Retirado de <http://bdigital.ces.edu.co/ojs/index.php/psicologia/article/view/1253/1320>

Lourenço, L., Salgado, F., Amaral, A., Leal, S., & Senra, L. (2011, Junho). O impacto do testemunho da violência interpaparental em crianças: uma breve pesquisa bibliométrica e bibliográfica. *Revista interinstitucional de Psicologia*, 4(1). Retirado de <http://www.fafich.ufmg.br/gerais/index.php/gerais/article/view/134/201>

Machado, C. (1996). Maus Tratos de Menores, Vitimização e Poder: Proposta de Um Modelo Integrado de Análise. *Teoria, investigação e prática*, 1, 133-148.

Machado, C., & Gonçalves, R. (2002). A criança vítima de violência. In. C. Machado & R. Gonçalves (Eds). *Violência e Vítimas de Crimes*. (pp. 15-36). Coimbra: Quarteto Editora

Magalhães, T. (2002). *Maus Tratos em Crianças e Jovens – Guia prático para profissionais*. Coimbra: Quarteto Editora.

Manual de funções. Centro Social Cultural e Recreativo Abel Varzim.

Matos, M.(2002). Violência conjugal. In. C. Machado & R. Gonçalves (Eds). *Violência e Vítimas de Crimes*. (pp. 83-127). Coimbra: Quarteto Editora

Melo, Z., Caldas, M., Carvalho, M. & Lima, A. (2005, Agosto). Família, álcool e violência em uma comunidade da cidade do Recife. *Psicologia em Estudo*, 10(2). Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/pe/v10n2/v10n2a06.pdf>

Minuchin, S. (1982). *Famílias, Funcionamento e Tratamento*. Porto Alegre: Editora Artes Médicas.

Mitrani, V. B., & Czaja, S. J. (2000, Agosto). Family based therapy for dementia caregivers: Clinical observations. *Aging & Mental Health*, 4 (3). Retirado de: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2424274>.

Mondin, E. (2008, Setembro). Práticas educativas parentais e seus efeitos na criação dos filhos. *Psicologia Argumentista*, 26(54). Retirado de http://www.google.com/search?q=Pr%C3%A1ticas+educativas+parentais+e+seus+efeitos+na+cria%C3%A7%C3%A3o+dos+filhos&hl=pt-BR&prmdo=1&noj=1&source=lnms&ei=1X2-T4_0KsSn8gPk-c0h&sa=X&oi=mode_link&ct=mode&cd=1&ved=0CBIQ_AUoAA&biw=1344&bih=546

Nunes, L. (2009). *Promoção do bem-estar subjetivo os idosos através da intergeracionalidade*. (Dissertação de doutoramento não publicada). Retirado de <https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/11787/1/Tese%20Lisa%20Nunes.pdf>.

Oliveira, C. (2011). *Relações intergeracionais: um estudo da área de Lisboa*. (Dissertação de mestrado não publicada). Retirado de <https://www.repository.utl.pt/bitstream/10400.5/3100/9/TRABALHO%20COMPLETO.pdf>.

Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2001). *O mundo da criança*. Lisboa: Editora McGraw-Hill de Portugal, Lda.

Penso, M., & Costa, L. (2008). *A transmissão geracional em diferentes contextos: da pesquisa à intervenção*. São Paulo: Summus Editorial.

Platts, H., Tyson, M., & Mason, O. (2002). Adult attachment style and core beliefs: Are they linked. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 9, 332-348. Doi: 10.1002/cpp.345.

Projeto Educativo (2004- 2007). Centro Social, Cultural e Recreativo Abel Varzim.

Qualls, S. H. (1996). Family therapy with aging families. In S. H. Zarit, & B. G. Knight (Eds.), *A guide to psychotherapy and aging: Effective clinical interventions in a life-stage context*. Washington, DC: American Psychological Association.

Raguso, F. (2011). *Sebenta de Competências de Intervenção Psicológica*. Universidade Católica Portuguesa.

Rebelo, H. (2007). Psicoterapia na idade adulta avançada. *Análise Psicológica*, 4(15). Retirado de <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/aps/v25n4/v25n4a01.pdf>.

Reinaldo, A., & Pillon, S. (2008, Junho). Repercussões do alcoolismo nas relações parentais: estudo de caso. *Revista latina de enfermagem*, 16 (especial). Retirado de http://www.scielo.br/pdf/rlae/v16nspe/pt_05.pdf.

Ribeiro, M., Bareicha, I. (2008). Investigando a transgeracionalidade da violência intrafamiliar. In. M. Penso & L. Costa (Eds). *A transmissão geracional em diferentes contextos: da pesquisa à intervenção* (pp.251-282). São Paulo: Summus Editorial.

Sá, E., & Silva, F. (2011). *Alienação parental*. Coimbra: Edições Almedina, SA.

Saillant, F., & B.-Dandurand, R. (2002). Don, reciprocité et engagement dans les soins aux proches. *Cahiers de recherche sociologique*, 37, 19-50. Doi: 10.7202/1002317ar

Scabini, E., & Cigoli, V. (2000). *Il Familiare: legami, simboli e transizioni*. Milano: Raffaello Cortina Editore.

Scabini, E., & Rossi, G. (2007). *Promuovere famiglia nella comunità*. Milano: Vita e Pensiero.

Segura, F., & Negrini, I. (2004, Dezembro). Rasgos de sentido de vida del enfoque de resiliência en personas mayores entre los 65 y 75 años. *Actualidades investigativas en educación*, 4(2). Retirado de <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/447/44740205.pdf>.

Sganzerla, I.M. & Levandowski, D.C. (2010, Agosto). Ausência paterna e suas repercussões para o adolescente: análise da literatura, *Psicologia em Revista*, 16(2). Retirado de <http://periodicos.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/976/2049>

Simonetti, J. & Ferreira, J. (2008, Julho). Estratégias de *coping* desenvolvidas por cuidadores de idosos portadores de doença crónica. *Revista da Escola de Enfermagem*, 42(1). Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n1/03.pdf>

Soares, I., & Dias, P. (2007, Março). Apego y psicopatología en jóvenes y adultos: contribuciones recientes de la investigación. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(1). Retirado de: http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-215.pdf

Sousa, L., Figueiredo, D., & Cerqueira, M. (2004). *Envelhecer em família: Os cuidados familiares na velhice*. Porto: Ambar.

Sousa, L. (2005). *Famílias multiproblemáticas*. Coimbra: Quarteto Editora.

Sousa, L., Hespanha, P., Rodrigues, S. & Grillo, P. (2007). *Famílias pobres: desafios à intervenção social*. Lisboa: Climepsi Editores.

Souza, A., Althoff, C., Ribeiro, E. & Elsen, I. (2006, Dezembro). Construindo movimentos para o fortalecimento da família. *Família. Saúde Desenvolvimento*.

Curitiba, 8(3). Retirado de

<http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2.2.4/index.php/refased/article/view/7982/5627>.

Trindade, E., Bucher- Maluschke, J. (2008). Considerações acerca da abordagem transgeracional de família alcoólicas. In. M. Penso & L. Costa (Eds). *A transmissão geracional em diferentes contextos: da pesquisa à intervenção* (pp.165-181). São Paulo: Summus Editorial.

Vieira, S. (2010). Paredes que separam gerações: crianças e idosos em instituições. (Dissertação de mestrado não publicada). Departamento de Educação, Aveiro.

Vinogradov, S., & Yolom, I. (1996). *Guía breve de psicoterapia de grupo*. Barcelona Ediciones Paídos Ibérica, S.A.

Vorcaro, A., Mazzini, C.A. & Monteiro, J.P. (2008, Novembro). Acto infracional e metáfora paterna. *Psicologia: Teoria e Prática*, 10(2). Retirado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v10n2/v10n2a11.pdf>

Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar: estratégias para su fortalecimiento*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Warshak, A. (2000). Remarriage as a trigger of parental alienation syndrome. *The American Journal of Family Therapy*, 28 (3), 229-241. Retirado de: <http://www.fact.on.ca/Info/pas/warsha00.htm>

Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (2007). *Pragmática da comunicação humana*. São Paulo: Editora Pensamento Cultrix, LTDA.

Zanoti-Jaronymo, D., Carvalho, A. (2005). Alcoolismo parental e suas repercussões sobre crianças e adolescentes: uma revisão bibliográfica. *Revista*

eletrônica de saúde mental, álcool e drogas, 1(2). Retirado de <http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/smad/v1n2/v1n2a07.pdf>.

Zarit, S. H., & Zarit, J. M. (1982). Families under stress: Interventions for caregivers of senile dementia patients. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 19(4), 461-471. Doi: 10.1037/h0088459

Site consultado:

(<http://www.braga.ucp.pt/site/custom/template/ucptplfac.asp?sspageID=2062&lang=1>)

Anexos

Anexo I

Plano de atividades socioculturais do centro de dia

CSCRAV - Plano de Actividades Socioculturais 2010/2011 - Centro de Dia									
Act. Socioculturais	Responsável	Destinatários	Rec. Humanos	Rec. Materiais	Rec. Financ.	Parcerias	Calendarização	Localização	Ind. de av.
Lúdico - recreativas	Trabalhos manuais	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural	Materiais diversos (pintura, colagem etc.)	Instituição	2010/2011	Instituição	
	Jogos Tradicionais	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural	Objectos diversos (latas, garrafas, bolas etc.)	Instituição	2010/2011	Instituição	
	Jogos de Mesa	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural	Dominó; cartas; bingo; damas	Instituição	2010/2011	Instituição	
	Atelier de cerâmicas	Educóloga	Utentes C.D	Estagiárias de Serviço Social	Pincéis, tintas, vasos em barro, telas, e outros	Instituição	Ano de 2011	Instituição	
Culturais	Desfolhada	Educóloga	Utentes C.D	Estagiárias de Serviço Social	Utensílios necessários para a desfolhada: milho, mesas, bebidas e produtos alimentares tradicionais	Instituição	Set-11	Instituição	
	Magusto	Coordenadora Geral	Todos os utentes do C.S.C.R.A.V	Colaboradores da instituição e coordenadores de valências	Castanhas, bebidas, aparelhagem	Instituição	Nov-11	Instituição	
	Festa de Natal	Coordenadora Geral	Todos os utentes do C.S.C.R.A.V	Colaboradores da instituição e coordenadores de valências	Aparelhagem e outros materiais	Instituição	Dez-11	Instituição	
	Ceia de Natal C.D e A.D	Educóloga	Utentes do C.D e A.D	Educóloga; animadora sócio-cultural; funcionárias C.D e funcionárias da cozinha	Aparelhagem de som, materiais para decoração de Natal: mesas, cadeiras, alimentação	Instituição	Dez-11	Instituição	
	"Cantar os Reis"	Educóloga	Utentes do C.D e CATI	Educóloga; Coordenadora do CATI e colaboradores das valências	Letras musicais; instrumentos musicais	Instituição	Jan-11	Instituição	
	Desfiles de Carnaval	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; Animadora sócio-cultural; colaboradores de C.D e outras valências	Fatos de Carnaval	Desfiles na instituição e na cidade de Barcelos	Fev-11	Instituição	
	"Dia da Mãe"	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; estagiárias de Serviço Social	Collants; purpurinas, cola, e outros	Instituição	Mai-11	Instituição	
	"Dia da Mulher"	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga e profissional de estética e cuidados de imagem	Limas; tesouras; vernizes; ceras	Instituição	Mar-11	Instituição	
	Festa dos Santos Populares	Educóloga	Utentes do C.S.C.R.A.V	Educóloga; colaboradores das restantes valências e serviços	Aparelhagem; balões; mesas	Instituição	Jul-11	Instituição	
	Dia da Alimentação	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga e colaboradores C.D	Produtos alimentares	Instituição	Out-11	Instituição	
Intelectual/Formativa	"Dia do Pai"	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; estagiárias de Serviço Social	Esferográficas; cartões de papel; marcadores	Instituição	Mar-11	Instituição	
	Construção de panfletos: hábitos alimentares saudáveis	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga e estagiárias de Serviço Social	Cartolinas; panfletos; marcadores	Instituição	Abr-11	Instituição	
	Elaboração de um calendário	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga e estagiárias de Serviço Social	Cartolinas; panfletos; marcadores	Instituição	Mai-11	Instituição	
	Exercícios de estimulação cognitiva	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural; estagiárias de Serviço Social	Exercícios diversos (labirintos, diferenças etc.)	Instituição	Ano 2010/2011	Instituição	
	Visualização de filmes em português	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural; estagiárias de Serviço Social	Material multimédia; computador e filmes	Instituição	Ano 2010/2011	Instituição	
	Palestra "cuidados de saúde na terceira idade"	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga e estagiárias de Serviço Social	panfletos; equipamento multimédia;	Instituição	Mar-11	Instituição	
	Controlo da Tensão Arterial e Diabetes (registo semanal)	Educóloga	Utentes C.D	Educólogas e colaboradoras do C.D	Aparelhos próprios	Instituição	2010/2011	Instituição	
	Sessão de esclarecimento: "Fisioterapia"	Coordenadora Geral	Utentes do C.S.C.R.A.V e comunidade	Especialista da área	panfletos; equipamento multimédia;	Junta de freguesia	Nov-10	Junta de freguesia	
	Cuidados de imagem: depilação facial	Educóloga	Utentes C.D	Colaboradores da valência de C.D	Utensílios de depilação	Instituição	2010/2011	Instituição	
	Cuidados de imagem: manicure e pedicure	Educóloga	Utentes C.D	Colaboradores da valência de C.D	Utensílios de manicure e pedicure	Instituição	2010/2011	Instituição	
Quotidianas	Cuidados de imagem: corte de cabelos e unhas	Educóloga	Utentes C.D	Colaboradores da valência de C.D	Utensílios de corte (tesoura, máquina de barbae)	Instituição	2010/2011	Instituição	
	Passeio à Stª Eufémia	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural e auxiliares do C.D	Autocarro; máquina fotográfica.	Instituição	Set-11	Trofa	
	Visita à quinta de Requiões Vindimas	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural e auxiliares do C.D	Autocarro; máquina fotográfica.	Instituição	Out-11	Paradela, Barcelos	
	Visita à Igreja do Sameiro	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural e auxiliares do C.D	Autocarro; máquina fotográfica.	Instituição	Mar-11	Braga	
	Visita ao Centro de Equitação	Educóloga	Utentes C.D	Educóloga; animadora sócio-cultural e auxiliares do C.D	Autocarro; máquina fotográfica.	Instituição	Abr-11	Areias de Vilar	

Anexo II

Plano de atividades socioculturais do serviço de apoio domiciliário

Plano de Actividades Socioculturais SAD 2011

Actividades	Calendarização	Responsável	Destinatários	Recursos Humanos	Materiais	Recursos Financeiros	Localização
Continuidade do projecto <i>Cuidar no Domicílio</i>	Actividade anual	Coordenadora SAD	Utentes SAD; cuidadores informais	Coordenadora SAD; equipa Centro Saúde e cuidadores informais	Viatura automóvel; cadernetas de saúde	Instituição	Domicílio do utente
Acompanhamento psicossocial aos utentes	Actividade anual	Coordenadora SAD	Utentes SAD	Coordenadora SAD	Viatura automóvel; fichas utentes SAD	Instituição	Domicílio do utente
Encontros com os cuidadores informais dos nossos clientes	Actividade mensal	Coordenadora SAD	Cuidadores informais	Coordenadora SAD e cuidadores informais	Viatura automóvel; fichas utentes SAD	Instituição	Domicílio do utente
Chegada do Pai Natal (entrega de prendas no domicílio)	Dezembro 2011	Coordenadora SAD	Utentes SAD e CD	Animadora sociocultural; utentes CD e SAD	Viatura automóvel; dois fatos de Pai Natal	Instituição	Domicílio do utente
Cantar os Reis no domicílio com os utentes do Centro de Dia	Janeiro 2011	Coordenadora SAD	Utentes SAD e CD	Animadora sociocultural; utentes CD e SAD	Viatura automóvel; instrumentos musicais	Instituição	Domicílio do utente
Lembrança Pascal	Abril 2011	Coordenadora SAD	Utentes SAD e CD	Animadora sociocultural; utentes CD e SAD	Viatura automóvel	Instituição	Domicílio do utente

Anexo III

Tabela de atividades desenvolvidas fora do âmbito do estágio curricular

Mês	Atividade
Dezembro, Janeiro, Fevereiro e Março	Trabalhos manuais
Dezembro	“Feirinha de Natal”
Março, Abril, Maio, Junho,	Participação no campeonato de Boccia
Dezembro, Janeiro, Março, Abril, Maio, Junho	<i>Ateliers</i> de tapeçaria
Fevereiro, Março, Abril, Maio, Junho e Julho	Caminhada
Julho	Convívio interinstitucional

Anexo IV

Questionário sociodemográfico para os utentes do centro de dia

1. **Género:** Masculino ☐

Feminino ☐

2. **Idade:** _____

3. **Habilitações literárias:**

Não frequentou o sistema de ensino ☐

1º Ciclo do Ensino Básico (4ª classe) ☐

2º Ciclo do Ensino Básico (6º ano) ☐

4. **Com quem vive:**

Sozinho (a) ☐

Com familiares ☐

Especificar: _____

Outro ☐

Especificar: _____

5. **Há quanto tempo está no centro de dia?** _____

6. Tem alguma doença? _____

7. Necessita de cuidados especiais? _____

Anexo V

Guião de entrevista para os utentes do centro de dia

O meu nome é Sandra Aires, sou estagiária do Mestrado de Psicologia da Família da Universidade Católica Portuguesa de Braga e estou a realizar esta entrevista com o intuito de compreender como se sente no centro de dia.

1. Por que motivo veio para o centro de dia?
2. Quando decidiu vir para aqui, o que esperava receber?
3. Como se sente no centro de dia?
4. Como é o ambiente/convívio no centro de dia?
5. Que atividades é que os utentes costumam partilhar/realizar?
6. Como é a interação entre eles durante a realização das atividades?
7. Que tarefas gostaria de realizar que ainda não tenham sido realizadas no centro de dia?
8. De 1 a 5 como classificaria o centro de dia (tendo em que conta que o 1 seria mau e o 5 seria bom)?
9. O que mudaria no centro de dia?
10. Acha que a forma como as auxiliares lidam com os utentes é adequada? Por que motivo(s)?
11. Caso a resposta à questão anteriormente seja negativa, o que acha que deve mudar na forma como as auxiliares lidam com os utentes?
12. Gostaria de acrescentar alguma coisa ou de abordar algum aspeto sobre o qual não tenhamos conversado?

Muito obrigada pela sua colaboração

Anexo VI

Questionário sociodemográfico para a coordenadora das valências da 3ª idade

1. **Género:** Masculino ☐
Feminino ☐
2. **Idade:** _____
3. **Habilitações literárias**
- | | |
|---|--------------------------|
| 2º Ciclo do Ensino Básico (ensino preparatório) | <input type="checkbox"/> |
| 3º Ciclo do Ensino Básico (9º ano) | <input type="checkbox"/> |
| Ensino Secundário (12º ano) | <input type="checkbox"/> |
| Curso Superior | <input type="checkbox"/> |
| Especificar: _____ | |
| Pós-graduações | <input type="checkbox"/> |
| Especificar: _____ | |
| Mestrados | <input type="checkbox"/> |
| Especificar: _____ | |
4. **Função que exerce na instituição:** _____
5. **Duração da mesma:** _____
6. **Funções exercidas anteriormente na instituição:** _____

Anexo VII

Guião de entrevista para a coordenadora das valências da 3ª idade

O meu nome é Sandra Aires, sou estagiária do Mestrado de Psicologia da Família da Universidade Católica Portuguesa de Braga e estou a realizar esta entrevista com o intuito de compreender as dinâmicas das valências do centro de dia e do serviço de apoio domiciliário.

1. A que população se destina o centro de dia?
2. Neste momento, quantos utentes têm nesta valência?
3. Como é feita a avaliação para a admissão de um utente?
4. Por que motivos os utentes/ ou os seus familiares procuram o centro de dia?
5. Que dificuldades têm sentido nesta valência?
6. Na sua opinião, como poderiam ultrapassar essas dificuldades?
7. Quais as necessidades da valência do centro de dia?
8. O que acha que poderia ser feito para colmatar estas necessidades?
9. A que população se destina o serviço de apoio domiciliário?
10. Quanto utentes têm neste momento a usufruir deste apoio?
11. Como são sinalizadas as famílias que usufruem deste serviço?
12. Como é feita a avaliação para a admissão de um utente?
13. Que técnicos estão inseridos nas equipas do serviço de apoio domiciliário?
14. Que tipo de apoio/serviços contempla esta valência?
15. Têm sentido dificuldade nesta valência? De que tipo?
16. O que poderia ser feito para ultrapassar essas dificuldades?
17. Que tipo de necessidades têm sentido no serviço de apoio domiciliário?
18. Como poderiam ser colmatadas?
19. Gostaria de acrescentar alguma coisa ou de abordar algum aspeto sobre o qual não tenhamos conversado?

Muito obrigada pela sua colaboração!

Anexo VIII

Questionário sociodemográfico para as colaboradoras das valências da 3ª idade

1. Género: Masculino ☐
Feminino ☐

2. Idade: _____

3. Habilitações literárias

Não frequentou o sistema de ensino ☐
1º Ciclo do Ensino Básico (4ª classe) ☐
2º Ciclo do Ensino Básico (ensino preparatório) ☐
3º Ciclo do Ensino Básico (9º ano) ☐
Ensino Secundário (12º ano) ☐
Curso profissional ☐
Curso Superior ☐

Curso: _____

4. Situação profissional:

Auxiliar a tempo inteiro ☐
Auxiliar a tempo parcial ☐
Outra ☐

Especificar: _____

5. Duração da função exercida: _____

Anexo IX

Guião de entrevista para as colaboradoras das valências da 3ª idade

O meu nome é Sandra Aires, sou estagiária do Mestrado de Psicologia da Família da Universidade Católica Portuguesa de Braga e estou a realizar esta entrevista com o intuito de compreender o seu papel enquanto auxiliar no centro de dia.

1. Como se sente no seu papel de cuidador (a)?
2. Sente dificuldade na realização das tarefas diárias (alimentação, higiene, vestir os utentes com pouca ou nenhuma mobilidade) com os utentes? Se sim, de que tipo?
3. Na sua opinião, que método seria mais adequado para ultrapassar estas dificuldades?
4. Sente dificuldade em lidar com os utentes cuja mobilidade é reduzida? Se sim, que tipo de dificuldades sente?
5. Como acha que poderiam ser ultrapassadas essas dificuldades?
6. Sente dificuldade em lidar com os utentes portadores de psicopatologias como por exemplo Alzheimer, Parkinson, demências, deficiência mental? Se sim, que tipo de dificuldades sente?
7. Que conhecimento possui sobre estas doenças?
8. Sente necessidade de obter formação específica a este nível?
9. Acha que ela a ajudaria a ultrapassar as dificuldades sentidas?
10. Como é a sua relação com os utentes?
11. Gostaria que algo fosse diferente no seu local de trabalho? Por que motivos?
12. Gostaria de acrescentar alguma coisa ou de abordar algum aspeto sobre o qual não tenhamos conversado?

Muito obrigada pela sua colaboração!

Anexo X

Grelha de observação do contexto de estágio

Instituição em geral	
Caraterização histórica da instituição	
Elementos da equipa técnica: <ul style="list-style-type: none"> • Técnicos superiores • Auxiliares • Voluntárias 	
Valências existentes na instituição	
Projetos a funcionar na instituição: <ul style="list-style-type: none"> • Objetivos • Atividades 	
Objetivos a longo prazo	
Valência do centro de dia e serviço de apoio domiciliário	
População a quem se destinam estas valências: <ul style="list-style-type: none"> • Número de utentes em cada valência • Onde residem 	

Projetos a funcionar nestas valências	
Necessidade dos idosos	
Dificuldades sentidas pelos técnicos e auxiliares que trabalham com os idosos	
Projetos que gostariam de implementar e cuja concretização não foi ainda possível	

Anexo XI

Descrição das sessões da ação de formação 1

Sessão I

Objetivo:

- ✓ Fomentar uma leitura sistémico-relacional da relação entre auxiliares e idosos.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: PowerPoint (anexo XII); questionário (anexo XIII); debate e grelha de observação (anexo XIV).

Descrição da sessão:

Deu-se início a esta sessão com a apresentação de um breve PowerPoint, no qual constaram os seguintes tópicos de análise: em que consiste o papel do psicólogo da Família na valência do centro de dia, os objetivos da ação de formação bem como em que contexto esta surgiu. Ainda durante o período de apresentação, foi aplicado um questionário ao público-alvo com o intuito de verificar se possuíam conhecimentos sobre os temas que foram abordados (pré-teste).

Depois desta breve apresentação, deu-se início ao debate através do qual se pretendeu fomentar a leitura sistémico-relacional da relação entre as auxiliares e os idosos. O debate foi iniciado a partir da exploração da seguinte questão: “O que acham que dão na vossa relação com os idosos e o que acham que recebem dos mesmos?”. Pretendeu-se com esta dinâmica, sensibilizar as auxiliares para as trocas simbólicas do dom/débito existentes entre elas e os idosos, isto é, que não são apenas elas que dão algo aos idosos enquanto cuidadoras, mas que também recebem algo em troca como a aquisição de novas aprendizagens e crescimento pessoal, como estes ainda retribuem os cuidados que recebem através da gratidão. De forma a orientar o debate e avaliar a aquisição dos temas abordados por parte do público-alvo, foi ainda criada uma grelha de observação.

Para finalizar a sessão, foram colocadas as seguintes questões às auxiliares: “ Como se sentiram durante a sessão?”; “ Alguma vez tinham refletido sobre a relação que estabelecem com os idosos desta forma?”; “ A que conclusão chegam depois desta leitura?”; “Gostariam de acrescentar alguma coisa?” e “ Gostariam de partilhar algo com o resto do grupo relativamente a este tema?”.

Na parte final desta sessão, foi ainda transmitido ao público-alvo os conteúdos que irão ser abordados na próxima sessão de forma a “cativar” a sua participação na mesma.

Sessão II

Objetivo:

- ✓ Fomentar uma postura empática procurando que as auxiliares compreendam os idosos.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados:

Atividade: “A tua postura na relação com os outros”

Descrição da sessão:

Com o intuito de consolidar a presente sessão com a anterior, foram colocadas as seguintes questões às auxiliares: “ Recordam-se dos temas abordados na sessão anterior?”; “ Quem gostaria de partilhar os conteúdos que foram abordados na primeira sessão com o resto do grupo?”; “ Conversaram sobre este assunto com alguém?” Com quem?”; “ O papel que desempenham enquanto cuidadoras formais de idosos no centro de dia, alguma vez vos conduziu a uma re-leitura do vosso papel enquanto cuidadoras na vossa família de origem?” e “ A que conclusão chegaram depois desta leitura do vosso papel enquanto cuidadoras na vossa família de origem?”.

De seguida, deu-se início à dinâmica “ a tua postura na relação com os outros” que consistiu em pedir às auxiliares que pensassem na forma como se relacionam com os idosos no dia-a-dia, para posteriormente se observarem exteriormente visualizando a sua postura corpórea, a expressão do seu rosto, o contato ocular e a distância entre elas e os idosos. No final da atividade, solicitou-se a cada auxiliar que verbalizasse a situação visualizada, as emoções experienciadas e as dificuldades sentidas. Depois desta partilha, solicitou-se novamente a cada auxiliar que verbalizasse o tipo de postura que assumiu em relação ao idoso e que identificasse se gostaria de assumir uma postura diferente da visualizada anteriormente. Pretendeu-se através desta atividade, que as auxiliares fossem capazes de identificar o modo como se relacionam com os idosos e reconhecessem posturas menos adequadas que tenham no dia-a-dia para com eles (como por exemplo: a infantilização e não atender a um pedido do idoso quando solicitado entre outros). Pretendeu-se também através desta atividade, sensibilizar as participantes para o facto de se colocarem no lugar do idoso antes de responder de determinada forma a um pedido do mesmo, de forma a compreendê-lo melhor.

Para finalizar a sessão, as seguintes questões foram alvo de reflexão: “ O que acharam da atividade?”; “Acham que este exercício foi útil para vos ajudar a compreender como é a vossa postura no dia-a-dia com os idosos?”; “Como se sentiram ao observar exteriormente a vossa postura?”; “Que ressonâncias suscitou em vocês?”; “Consideram a dimensão da empatia (colocar-se no lugar do outro) importante enquanto cuidadoras formais de idosos? Por que motivos?” e “Gostariam de acrescentar alguma coisa ou partilhar algo com o resto do grupo?”.

Sessão III

Objetivo

- ✓ Promover a dimensão da escuta ativa e a importância da comunicação não-verbal na relação com os idosos.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: role-playing, imagens (anexo XV), PowerPoint (anexo XVI), questionário (anexo XIII) e certificados de participação (anexo XVII).

Descrição da sessão:

De forma a consolidar a presente sessão à anterior, foi colocada a seguinte frase no quadro: “ A empatia é uma dimensão importante na minha profissão”. Após ter sido lida esta afirmação ao público-alvo, as seguintes questões foram alvo de reflexão: “ Concordam com esta afirmação? Porquê?” e “Que estratégias podem utilizar no dia-a-dia para serem empáticas com os idosos?” De seguida, foi explorada a dimensão da escuta ativa através de um role-playing em que foi solicitado a duas auxiliares que simulassem uma situação do quotidiano em que lhes é feito um pedido de ajuda. Depois de ter definido quem participou no role-playing, foi solicitado às restantes auxiliares que analisassem a postura das participantes envolvidas na dinâmica para posteriormente levantar o debate junto do grupo, colocando as seguintes questões: “Como foi a postura de ambas as auxiliares?”; “ Achem que estiveram atentas ao que o outro elemento dizia?”; “ Na vossa opinião, elas prestaram atenção à comunicação não-verbal uma da outra?” e “Que influência tem este tipo de comunicação numa conversa?”. Pretendeu-se através desta atividade, que as auxiliares percebessem os efeitos que a escuta ativa ou falta da mesma tem junto de outra pessoa, nomeadamente junto dos idosos no dia-a-dia. Pretendeu-se também consciencializa-las para a importância que esta e a comunicação não-verbal assumem nos pedidos de ajuda dos utentes porque ao escuta-los ativamente e prestando atenção à comunicação não-verbal, elas poderão melhorar a ajuda prestada, manifestando a sua presença real e emotiva.

Por sua vez, foi implementada uma dinâmica com imagens para explorar a dimensão da comunicação não-verbal. Esta atividade consistiu em espalhar as imagens numa mesa para posteriormente pedir às auxiliares que escolhessem uma imagem com a qual se identificassem. Depois de terem realizado esta escolha, foi solicitado a cada uma delas que descrevesse a imagem que escolheu. De seguida, as seguintes questões foram alvo de reflexão: “ Por que motivo escolheu esta imagem?”; “ Que mensagem transmite esta imagem?” e “ Na sua opinião, qual é a história que está por detrás desta imagem?”. Pretendeu-se através desta dinâmica sensibilizar o público-alvo para a importância da comunicação não-verbal e para o facto de que todo o comportamento humano comunica, independentemente da sua intencionalidade. Isto é, que qualquer atividade ou

inatividade, uma palavra ou o silêncio, um gesto ou a ausência do mesmo, possuem todos o valor de mensagem.

Para finalizar esta sessão, as seguintes questões foram alvo de reflexão: “ A que tipo de comunicação se referia a atividade que estivemos a realizar?”; “ Consideram este tipo de comunicação importante na vossa relação com os idosos? Por que motivos?”; “ Na vossa opinião, a comunicação não-verbal é tão importante quanto a comunicação verbal ou é menos importante?”; “ Alguma vez tinham refletido sobre a importância que a escuta ativa assume na vossa relação com os idosos?”; “ Estas duas dimensões fazem-lhes sentido enquanto cuidadoras de idosos?” e “ Como se sentiram nesta sessão?”.

Por último, foi realizada a conclusão da ação de formação fazendo um resumo dos conteúdos abordados ao longo da mesma, com o auxílio de um PowerPoint. Com o intuito de refletir sobre a implementação da ação de formação foram colocadas as seguintes questões às auxiliares: “ Os conteúdos abordados durante a ação de formação, fizeram-lhes sentido enquanto cuidadoras de idosos?”; “ Açam que esta ação de formação vos ajudará a melhorar a vossa relação com os idosos?”; “ Do que mais gostaram na ação de formação?”; “ Mudariam alguma coisa na mesma?”, “O quê?” e “ Como se sentiram durante as sessões?”. Foi ainda aplicado o mesmo questionário que na primeira sessão com o intuito de comparar as respostas, e, conseqüentemente, verificar o sucesso ou insucesso da presente ação de formação.

Antes de dar esta proposta de intervenção por terminada, foi ainda agradecida a presença e colaboração de todas as participantes e entregue os certificados de participação.

Anexo XII

PowerPoint apresentado no início da ação de formação 1



Papel do psicólogo da família no centro de dia

- ❶ O meu papel passa por:
 - Intervir junto das famílias para garantir uma retaguarda familiar aos idosos;
 - Intervir junto da equipa técnica no sentido de promover os cuidados adequados às necessidades dos idosos;
 - Intervir junto dos idosos no sentido de ajudar a lidar com o processo de envelhecimento;

Papel do psicólogo da família no centro de dia

- *Intervir junto das famílias no sentido de promover o bem-estar dos idosos;*
- *Promover actividades que envolvam os idosos e as crianças ou idosos e os seus familiares;*

Acção de Formação

● Objectivo geral:

- *Desenvolver junto das colaboradoras uma visão mais humana e relacional do cuidado a prestar ao idoso.*

Acção de formação

➤ *Objectivos específicos:*

- *Fomentar uma leitura sistémico-relacional da relação entre auxiliares e idosos;*
- *Fomentar uma postura empática procurando que as auxiliares compreendam os idosos;*
- *Promover a dimensão da escuta activa e a importância da comunicação não-verbal na relação com os idosos.*

Acção de formação

➤ *Em que contexto surgiu?*

Nos primeiros meses de estágio (Setembro a Dezembro), o meu papel nesta instituição consistiu em observar o funcionamento do centro de dia, incluindo a forma como desempenham o vosso papel enquanto cuidadoras formais. Durante este período de observação, tive de fazer um levantamento de necessidades desta valência, para posteriormente intervir junto da população que no meu entender necessitava de ajuda.

Acção de formação

Embora algumas de vocês não estejam a trabalhar no centro de dia, todas estão em contacto com os idosos. Por esse motivo, achei que seria pertinente explorarmos algumas dimensões que estão presentes no papel de cuidador desta população, nomeadamente a dimensão da empatia, da escuta activa, da comunicação não-verbal e ainda estabelecer uma leitura da vossa relação com os idosos com base no modelo sistémico-relacional (modelo teórico de referência da psicologia da família).

Acção de formação

> Actividades:

Sessão I: debate (fomentar a leitura sistémico-relacional da relação entre as auxiliares e os idosos);

Sessão II: dinâmica intitulada “A tua postura na relação com os outros” (as colaboradoras possam identificar o modo como se relacionam com os idosos);

Sessão III: role-playing (explorar a dimensão da escuta activa) e dinâmica com imagens (explorar a dimensão da comunicação não-verbal).

Acção de formação

❶ Estrutura da acção de formação:

- > Número de sessões: 3*
- > Frequência: mensal (Março, Abril; Maio);*
- > Duração das sessões: 60 minutos;*

Anexo XIII
Questionário aplicado no início e no fim da ação de
formação 1

Questionário.

Selecione a (s) opção (s) que lhe parece (m) mais correta (s):

1. Quais as recompensas existentes na relação entre idosos e auxiliares:

- | | |
|--|--------------------------|
| 1.1. Aprendo coisas novas com os idosos; | <input type="checkbox"/> |
| 1.2. Sinto orgulho por cuidar deles; | <input type="checkbox"/> |
| 1.3. Sinto felicidade por cuidar deles; | <input type="checkbox"/> |
| 1.4. Vejo o meu papel de cuidadora reconhecido pelos idosos; | <input type="checkbox"/> |
| 1.5. Não recebo nada da parte deles. | <input type="checkbox"/> |

2. Escutar alguém ativamente significa:

- | | |
|--|--------------------------|
| 2.1. Ouvir o que nos é dito sem intervir; | <input type="checkbox"/> |
| 2.2. Estar atento ao que o outro diz; | <input type="checkbox"/> |
| 2.3. Tentar compreender o que o outro nos diz; | <input type="checkbox"/> |
| 2.4. Participar na conversa; | <input type="checkbox"/> |
| 2.5. Não prestar atenção ao que nos é dito; | <input type="checkbox"/> |
| 2.6. Ouvir o que o outro nos diz sem fazer nada para o ajudar; | <input type="checkbox"/> |
| 2.7. Estar atento à linguagem não-verbal, uma vez que esta
também transmite uma mensagem. | <input type="checkbox"/> |

3. Quando não escuto ativamente o outro:

- | | |
|--|--------------------------|
| 3.1. Ele não se sente compreendido; | <input type="checkbox"/> |
| 3.2. É indiferente, o mais importante é ouvi-lo; | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> |

3.3. Sente-se compreendido;

3.4. Ele não partilha a mesma informação do que quando
eu estou atento.

☐

4. Sou empática quando:

4.1. Compreendo as pessoas tendo em conta o seu ponto de
vista e não o meu;

☐

4.2. Sinto as suas emoções colocando-me no lugar dos outros,
tornando-me assim compreensiva;

☐

4.3. Sou simpática com o outro

☐

4.4. Compreendo a expressão dos outros, reconheço as
suas emoções, palavras e gestos;

☐

4.5. Demonstro compreensão e isso me permite melhorar a minha
relação com os outros.

☐

5. A comunicação não-verbal refere-se:

5.1. Ao tom de voz, postura corpórea e expressões faciais e todo
o tipo de comportamentos expressivo

☐

5.2. É tão importante quanto a linguagem verbal

☐

5.3. As pessoas capazes de falar não utilizam a linguagem
não- verbal

☐

5.4. Transmite informações que a linguagem não pode transmitir

☐

Agradeço a sua colaboração!

Anexo XIV

Grelha de observação para o debate da 1ª sessão da ação de formação 1

Conteúdos abordados no debate
Abordagem antropológica-etnológica
<ul style="list-style-type: none">✓ o intercâmbio do dom movimenta-se entre o <i>dar</i>, o <i>receber</i> e o <i>retribuir</i>;✓ mas o impulso para retribuir não é motivado apenas pela necessidade de pagar, uma dívida mas sim pelo desejo de devolver o quanto foi recebido, identificando-se com a origem do dom, isto é, dando por sua vez;
<p>No âmbito da prestação de cuidados, aquilo que é assegurado é:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ necessidades básicas: alimentação, higiene e saúde;✓ necessidades secundárias mas não menos importantes: prestar apoio emocional, saber ouvir, transmitir ânimo, dar apoio moral, ter disponibilidade para estar com a pessoa, conversar com ela todos os dias e transmitir segurança. Saber ouvir o outro permite-nos não só ter acesso aos seus aspetos emocionais profundos ligados à dependência, como ao que deve ser feito para que o corpo se mantenha vivo, e por isso o que é dado, é a palavra.✓ O dom materializa-se pelo:<ul style="list-style-type: none">• corpo (o corpo dependente que se exprime pela perda da autonomia que apela ao dom no âmbito dos cuidados);

- **laço** (interiorização da posição que se desempenha junto da pessoa a quem se prestam os cuidados);
- ✓ O que é dado é a **palavra, a troca e a manutenção nos diversos âmbitos**, que fazem ainda do recetor de cuidados um ser social. Mas o que é sobretudo dado, é também, e em parte, a pessoa que presta cuidados em si mesma, isto é, **a pessoa dá uma parte de si quando cuida do outro.**

Em torno de quem se devolve a dinâmica do dom?

- ✓ Em torno de 2 pessoas:
 - o **idoso** dependente que solicita o que a dependência implica;
 - a **auxiliar** que dá aquilo que acha que deve dar perante esta condição.

O que é devolvido no ato de cuidar?

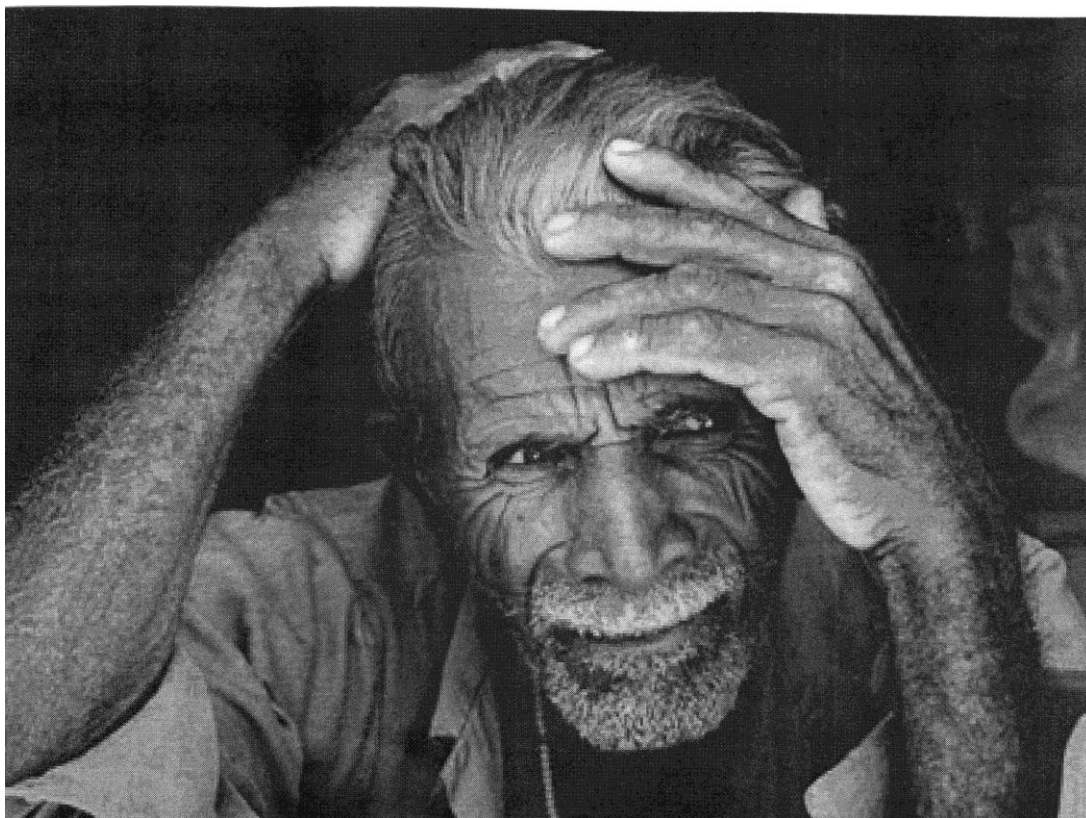
- ✓ **A felicidade de ser cuidador:** agradar a quem se cuida, contribuir para a sua qualidade de vida, ver esta vida mudar ou fazer com que ela possa mudar ou não corresponda aquilo que não gostaria que ela fosse, faz com que o cuidador se sinta feliz com o papel que desempenha.
- ✓ **o orgulho de ser cuidador:** fazer o que é significativo para a pessoa de quem se cuida: fazê-lo feliz, não o abandonar, transmitir alegria e prazer quando isto não é assim tão evidente. Deste modo, o orgulho pode ser visto como uma forma de recompensa por parte do cuidador, prevalecendo a sensação de que não há um momento preciso que permite isolar o dom da retribuição, porque é o próprio facto de dar que gere orgulho e permite consequentemente a gratificação.
- ✓ **a aquisição de novas aprendizagens:** os cuidadores aprendem em relação a si mesmos, ao outro, à existência e ao mundo social. Aprendem as suas capacidades e limites, percebem que o dar não pode ser sinónimo de desgaste ou exaustão. Aprendem a ser generosos, pacientes e resistentes. A aprendizagem está no núcleo do envolvimento na relação e no dom: sem dom, não há aprendizagem e sem este “mergulhar” na alteridade não há

retribuição. Ao dar, aprendemos a continuar a ajudar e a desenvolver atitudes adequadas que permitam que o dom possa continuar a circular assim como poderá também permitir-nos fazer uma re-leitura do nosso papel enquanto cuidadores na nossa família de origem.

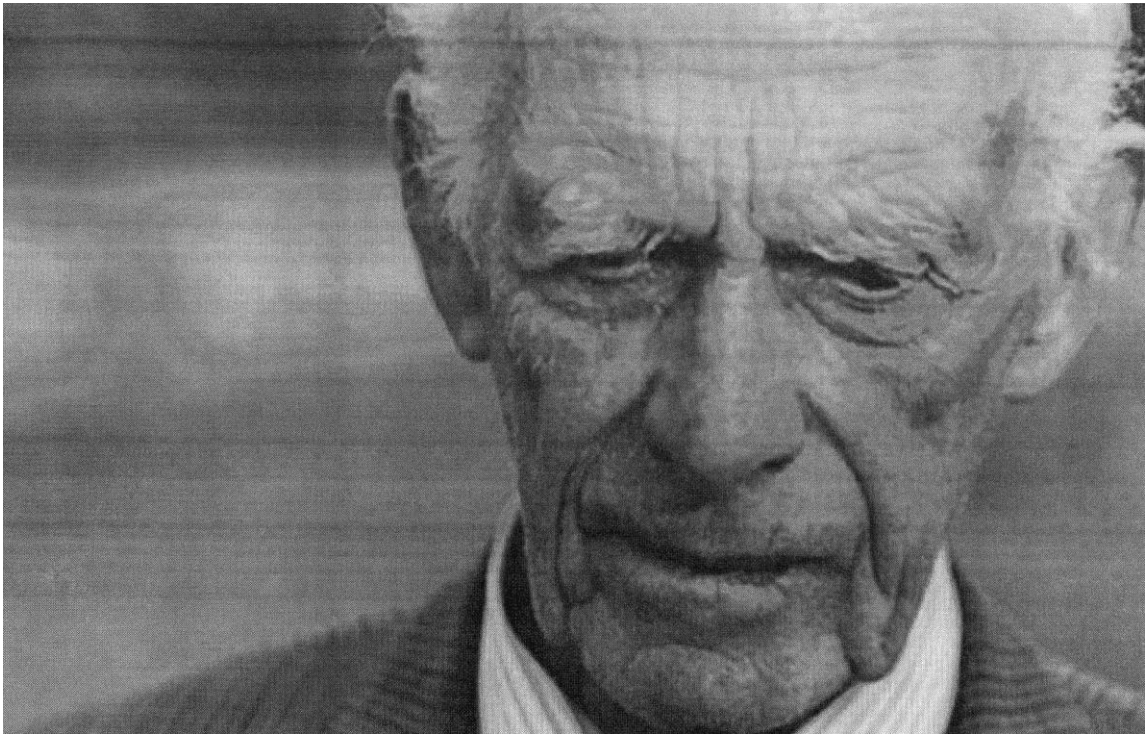
- ✓ **o sentir o seu papel de cuidador reconhecido por aqueles de quem cuidam:** existem vários tipos de reconhecimento entre cuidador e recetor de cuidados. Nesta multiplicidade de reconhecimentos, uns mais raros ou inexistentes, explícitos e regulares ou ocasionais e implícitos, todas eles são expressos através da palavra. Deste modo, a retribuição situa-se numa dimensão simbólica.

Anexo XV

Imagens utilizadas na 3ª sessão da ação de formação 1

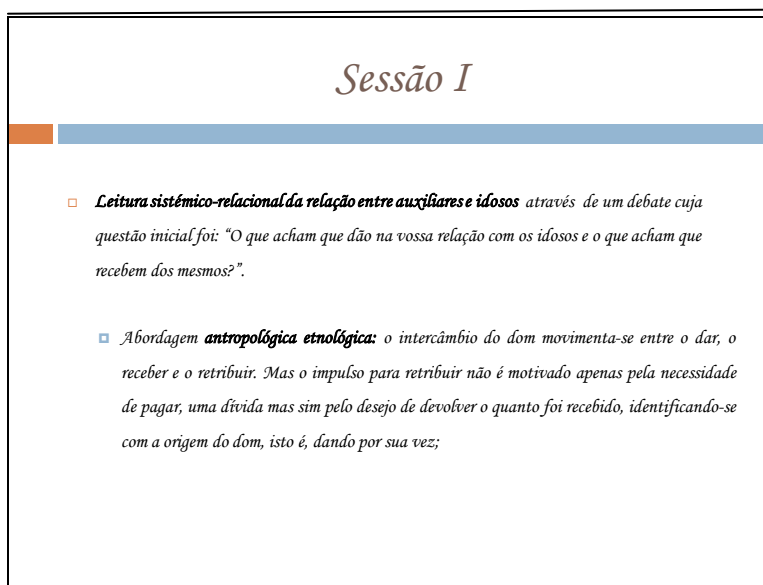






Anexo XVI

PowerPoint apresentado na conclusão da ação de formação 1



Sessão I

- ***No âmbito da prestação de cuidados, aquilo que é assegurado é:***
 - ***necessidades básicas:*** alimentação, higiene e saúde;
 - ***necessidades secundárias mas não menos importantes:***
prestar apoio emocional, saber ouvir, transmitir ânimo, dar apoio moral, ter disponibilidade para estar com a pessoa, conversar com ela todos os dias e transmitir segurança.

Sessão I

- ***O dom materializa-se pelo:***
 - ***corpo*** (o corpo dependente que se exprime pela perda da autonomia que apela ao dom no âmbito dos cuidados)
 - ***Lazo*** (incarnação da posição que se desempenha junto da pessoa a quem se prestam os cuidados).
 - O que é dado é a ***palavra, a manutenção nos diversos âmbitos*** (necessidades básicas e secundárias) ***e a pessoa dá uma parte de si quando cuida do outro.***

Sessão I

□ Em torno de quem se devolve a dinâmica do dom?

□ Em torno de 2 pessoas:

- o idoso dependente que solicita o que a dependência implica;*
- a auxiliar que dá aquilo que acha que deve dar perante esta condição*

Sessão I

□ O que é devolvido no acto de cuidar?

- A felicidade e o orgulho de ser cuidador;*
- A aquisição de novas aprendizagens;*
- Sentir o seu papel de cuidador reconhecido por aqueles de quem cuidam.*

Sessão II

- ***Fomentar uma postura empática procurando que as auxiliares compreendam os idosos através da dinâmica intitulada “A tua postura na relação com os outros”.***
- ***A dimensão da empatia é importante quando se cuida de idosos, uma vez que melhora os cuidados que lhes são prestados. Melhora estes cuidados porque ao serem empáticas, estão a compreendê-los tendo em conta o seu ponto de vista e a sentir as suas emoções colocando-se no lugar deles, o que aumentará a vossa compreensão.***

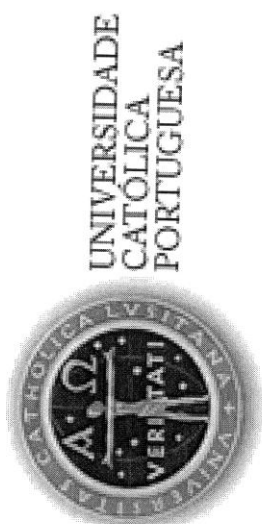
Sessão III

- ***Promover a dimensão da escuta activa e a importância da comunicação não-verbal na relação com os idosos através de um role-playing e de uma actividade com imagens.***

Vimos que a dimensão da escuta activa e comunicação não-verbal são importantes na vossa profissão uma vez que, é essencial que tentem estar disponíveis para ouvir activamente o idoso que lhes peça ajuda; que estejam atentas à sua comunicação não-verbal e que demonstrem atenção para com o mesmo. O facto de ouvirem activamente os utentes e de estarem atentos às mensagens que eles transmitem através da comunicação não-verbal, fará com que eles se sintam compreendidos e por isso ajudará provavelmente a melhorar a vossa relação com eles.

Anexo XVII

Certificado de participação entregue às participantes da ação de formação 1



Certificado de Participação

Certificamos que _____ participou na ação de formação intitulada “Olhar para os idosos de uma forma humana e relacional” realizada nos meses de Fevereiro, Março e Abril no Centro Social, Cultural e Recreativo Abel Varzim situado na freguesia de Cristelo, concelho de Barcelos.

Braga, 13 de Fevereiro de 2012.

Februária Regina

(Coordenadora do mestrado em Psicologia da Família)

Lilavetigniz

(Supervisora do estágio curricular)

Sandra Aires

(Estagiária no mestrado em Psicologia da Família)

Anexo XVIII

Sessão destinada às professoras da valência- ATL

Caso clínico:

Com 10 anos de idade, Pedro frequenta o 3º ano juntamente com a sua irmã Inês com 8 anos. É considerado um aluno desinteressado, distraído, que não faz os trabalhos de casa e que não estuda para os testes, sendo precisamente por isso que reprovou 2 anos. É um menino com baixa autoestima e autoconceito, com dificuldades de integração na turma pelo facto de ser mais velho do que os colegas e que não acredita nas suas capacidades. A existência destes problemas reflete-se depois de lhe ter sido pedido que apresentasse o seu trabalho ao resto da turma e Pedro se sentiu incapaz de ler aquilo que havia feito. Perante esta dificuldade, o professor avisou-o que se continuasse a ter este tipo de conduta perante a escola, ele iria reprovar novamente o ano. Face a esta humilhação perante os colegas, Pedro urinou nas calças e saiu a correr da sala de aula por sentir vergonha da sua reação.

Diante deste comportamento atípico de Pedro, o professor decidiu falar a sós com ele com o intuito de perceber o que se passava. Ao longo da conversa, o aluno confessou-lhe que passava muito tempo sozinho em casa com a irmã porque a mãe trabalhava de noite e o pai estava ausente a semana inteira, e que por esses motivos era ele quem realizava todas as tarefas de casa: cozinhar, lavar a loiça, colocar a roupa na máquina, limpar a casa, ajudar a irmã a fazer os trabalhos de casa etc. Partilhou ainda que a ausência do pai o deixava triste e que gostaria de passar mais tempo com ele.

Depois de tomar conhecimento desta situação, o professor convocou a mãe de Pedro e Maria para uma reunião, com o intuito de lhe dar a conhecer o que tinha acontecido na escola e o que o seu filho lhe havia confessado. Contrariamente ao que o professor esperava, a mãe de Pedro considerava que não havia nada de anormal no facto do filho desempenhar o papel que deveria ser dos pais, apesar de reconhecer que não é a situação ideal. Disse ainda que o filho nunca tinha tido notas excelentes mas que não havia nada de errado nisso porque nem todas as crianças devem ser boas alunas. Quando questionada sobre o facto de Pedro já ter ido alguma reação deste género anteriormente, esta respondeu que o seu filho começou a desenvolver sintomas de enurese noturna quando a sua irmã nasceu, mas que considerava não ser nada de grave.

Fundamentação teórica da sessão e consequente intervenção do psicólogo da família

Do ponto de vista estrutural, verifica-se que esta família não tem os subsistemas parentais e filiais bem definidos, estando as funções parentais delegadas ao filho mais velho. É comum que o exercício destas funções tenha influência na relação fraternal e na autoridade familiar uma vez que suscita junto dos irmãos a confusão entre o papel de pai e o de filho, visto ser o segundo a desempenhar o papel do primeiro (Alarcão, 2002). Por norma, o filho *parentificado* (conceito que designa o filho que desempenha o papel do pai ausente) relaciona-se com os irmãos como se estes fossem seus filhos e exerce sobre os mesmos responsabilidades parentais incluindo autoridade, designadamente pedindo-lhes que façam os trabalhos de casa, que estudem, que arrumem o seu quarto etc.

Além de afetar estas duas dimensões da vida de Pedro, a parentificação deste jovem também tem influência no seu desenvolvimento individual nomeadamente a nível afetivo e/ou cognitivo. É frequente que crianças *parentificadas* sintam dificuldades identificatórias. Na ausência de um progenitor, o filho terá mais dificuldade em edificar a sua identidade dada à falta de um modelo de identificação. Para além desta questão identificatória, a ausência dos pais pode ser vivida pela criança como um sinal de diferença relativamente aos colegas ou como uma falha que nada nem ninguém pode colmatar (Alarcão, 2002; Berant, Francini, Mazzei, Pappalardo, 2002). É comum que crianças nestas condições manifestem sintomas como uma enurese associada ou não a uma encoprese, uma dificuldade escolar, comportamentos agressivos no contexto extrafamiliar etc.

Para além da *parentificação* do filho mais velho, o caso clínico também manifesta a ausência da figura paterna. Assim como se verifica no primeiro caso, esta ausência também terá consequências no desenvolvimento de Pedro. Tendo em conta que é o pai quem introduz a criança/adolescente nas leis e nas normas sociais, esta/e poderá vir a procurar outros meios para as internalizar (Vorcaro, Mazzini & Monteiro, 2008). Embora não exista uma relação causal entre a ausência da figura paterna e a delinquência (sendo necessário considerar outros fatores como o estatuto socioeconómico, a etnia, o local onde residem e a escolaridade), a criança/adolescente poderá integrar-se no código das leis cometendo uma infração porque esta é entendida por ele como uma tentativa de inclusão num contexto social do qual é expulso (Sganzerla & Levandowski, 2010). As crianças/adolescentes filhos de pais ausentes

podem transgredir a lei como forma de se inscreverem nela (Garcia, 2000 cit. in Vorcaro et al, 2008) sendo a partir da mesma que passam a cumpri-la.

Perante um caso como este, a intervenção do psicólogo da família passaria numa fase introdutória por demonstrar à família que não iria nem julgá-los, nem estabelecer juízos de valor a seu respeito e que o seu objetivo enquanto psicólogo é precisamente ajudá-los a alcançar o equilíbrio da família e proporcionar um desenvolvimento sadio ao Pedro.

Após esta fase introdutória seria realizada a intervenção no âmbito da *parentificação* do filho mais velho e da ausência da figura paterna. Numa primeira fase seria realizada uma intervenção individual com o Pedro (para que este se sinta à vontade para expressar os seus sentimentos sem se sentir intimidado com a presença dos pais) com o intuito de compreender o impacto que o desempenho do papel dos seus pais tem na sua vida. Depois da obtenção destes significados, seria então realizada uma intervenção em grupo com o Pedro e os seus pais, para lhes demonstrar a influência que o desempenho deste papel tem no desenvolvimento do seu filho, assim como tentar arranjar estratégias para ultrapassar este problema.

Outros autores acrescentam que adolescentes cujos pais são ausentes podem envolver em discussões no contexto escolar, como consequência da ausência do polo ético que deveria ser transmitido pela figura paterna (Eizirik & Bergman, 2004).

Em suma, podemos constatar com base no caso clínico o que é defendido por Ferrari (1999 cit in Eizirik & Bergmann, 2004), isto é, que o insucesso escolar e a dificuldade em estabelecer relações com os outros estão relacionados, na maioria das vezes com situações familiares problemáticas.

Para intervir junto desta problemática, seria realizada um tipo de intervenção semelhante à anterior, em que numa primeira fase será efetuada uma intervenção individual com o Pedro com o intuito de perceber o impacto da ausência do pai junto do mesmo, para posteriormente realizar uma intervenção em grupo com este menino e os seus pais, para que estes tomem conhecimento do que a ausência da figura paterna implica na vida do seu filho, assim como tentar arranjar estratégias para colmatar esta ausência.

Papel das professoras face a esta problemática

Em casos como este, a professora deverá contatar a família (como foi referido no caso clínico) para lhes dar a conhecer a situação do seu filho e consequentemente tentar perceber os motivos pelos quais esta ocorreu. O papel destes profissionais passará ainda por mostrar alternativas aos encarregados de educação nomeadamente indicar entidades que os possam ajudar a resolver os problemas/dificuldades existentes, como o GASC (Grupo Social de Ação Cristã), o CRES (Centro de Recursos e Envolvimento Social) que realiza intervenção familiar e parental e ainda encaminha-los para um psicólogo cuja área de especialização seja adequada para estes casos.

Anexo XIX

Sessão destinada às educadoras de infância da valência- Jardim de Infância

Caso clínico:

A família Alves, é constituída pela mãe Joana (34 anos), pelo pai António (36 anos) e pelos dois filhos Mafalda e João de 2 e 5 anos respetivamente. Atualmente, a família vive em casa da avó materna uma vez que esta se encontra acamada e necessita de cuidados. Os Alves são uma família carenciada com escassos recursos económicos porque o pai está desempregado e gasta o seu subsídio na bebida, enquanto o salário de Joana não é suficiente para pagar as despesas.

Ultimamente a educadora de infância destes meninos tem notado que eles apresentam sinais de negligência e por isso decidiu convocar os pais para uma reunião, com o intuito de compreender o motivo pelo qual isto tem acontecido. Quando confrontada com esta situação, a mãe dos meninos diz não ter tempo para tratar cuidadosamente da sua higiene diariamente, devido ao seu horário de trabalho (8h às 18h) e ao facto de ter de cuidar da sua mãe que se encontra acamada. Perante esta resposta, a educadora pergunta-lhe pelo pai das crianças, ao que ela lhe responde que este tem um problema com a bebida e por isso nem sempre cumpre as suas tarefas enquanto pai. Partilha ainda que ela e o marido têm discutido em frente às crianças devido ao seu vício. Diz estar a ser muito difícil lidar com esta situação sozinha mas que de facto não sabe o que há-de fazer uma vez que o pai dos seus filhos não admite que tem um problema de adição de substâncias. Segundo ela, a família tem passado por dificuldades económicas porque o seu marido está desempregado e gasta praticamente todo o seu subsídio de desemprego com a bebida. Há dias em que ele vem embriagado para casa e se torna ainda mais violento (a violência psicológica transforma-se em violência física) do que o habitual com a esposa, o que tem vindo a assustar as crianças e feito com que elas tenham comportamentos agressivos com os colegas do jardim-de-infância. Num tom de desabafo, a mãe de Mafalda e João diz sentir que a situação está a piorar dia após dia. Sente-se exausta por ter de cuidar da mãe e dos dois filhos sozinha uma vez que o seu marido não a ajuda em nada. Admite que o seu emprego lhe ocupa

muito tempo mas que nada pode fazer em relação a isso porque precisa dele para sustentar a sua família.

Fundamentação teórica da sessão e consequente intervenção do psicólogo da família

O caso clínico evidencia a presença de negligência parental pelo facto dos pais não assumirem a responsabilidade de cuidar e proteger minimamente os seus filhos, não satisfazerem as necessidades básicas (cuidados de higiene pessoal, saúde física, alimentação, necessidades educativas e psicológicas, nomeadamente estabelecer relações afetivas estáveis) indispensáveis ao seu crescimento e desenvolvimento normais (Machado, 1996; Cerón & Cruz, 2002; Magalhães, 2002; Lacharité, 2006; Mondin, 2008). Este tipo de maltrato infantil surge em consequência de um problema de adição de substâncias por parte do pai, e de uma sobrecarga emocional por parte da mãe que cuida sozinha dos dois filhos e da sua progenitora que se encontra acamada. O consumo excessivo de álcool por parte do pai, assume-se como um fator de risco para a negligência parental (Lacharité, 2006; Machado & Gonçalves, 2002; Magalhães, 2002), uma vez que interfere diretamente nos cuidados físicos, educativos e psicológicos que este deveria prestar às crianças (Lourenço & Fernandes, 2011). Na maioria dos casos, o álcool leva as pessoas dependentes do mesmo a se afastem física e emocionalmente dos filhos e da esposa, devido à sua ausência e ao seu constante estado alcoolizado, gerando assim indiferença para com os mesmos e vice-versa (Reinaldo & Pillon, 2008).

Se a negligência parental influencia negativamente o desenvolvimento das crianças por si só, o facto de estar associado ao alcoolismo agravará o seu impacto negativo e aumenta o risco a que as crianças estão sujeitas no seio familiar. Se as crianças negligenciadas podem apresentar atrasos de desenvolvimento cognitivo, indisciplina escolar, agressividade, diminuição do autoconceito e autoestima, dificuldades em controlar os seus impulsos, condutas autodestrutivas, delinquência juvenil, comportamento antissocial, problemas de adaptação, falta de motivação para aprender na escola e consequentemente baixo rendimento escolar (Wolfe, 1987 cit in Cerón & Cruz, 2002; Mondin, 2008), as crianças negligenciadas em consequência do álcool, poderão acrescidamente apresentar problemas de comportamento; desordens afetivas; dificuldade em estabelecer relações com os outros; ansiedade e ainda o uso ou abuso do álcool ou outras substâncias psicoativas ao longo do seu desenvolvimento (Zanoti- Jeronymo & Carvalho, 2005; Reinaldo & Pillon, 2008). Embora a presença do

alcoolismo no ambiente familiar não estabeleça uma relação linear com as problemáticas anteriormente referidas, é possível que se verifiquem nas crianças pelo facto do pai constituir uma das suas figuras de referências (Reinaldo & Pillon, 2008).

Perante um caso como este, a intervenção do psicólogo da família passaria numa fase introdutória por demonstrar à família que não irá nem julgá-los, nem estabelecer juízos de valor a seu respeito e que o seu objetivo enquanto psicólogo é precisamente ajudá-los a criar condições emocionais e relacionais para alcançar o bem-estar da família. Tendo em conta que a negligência parental surge em consequência do problema de adição de substâncias do pai e da sobrecarga emocional de que a mãe é alvo, o papel do psicólogo passará por intervir junto destas problemáticas de forma a ultrapassar a existência deste tipo de maltrato infantil. A estratégia de intervenção mais adequada nestes casos é a exploração de significados uma vez que, desta forma o casal não sentirá que o psicólogo está a tentar incutir o conceito de “bons pais”, aumentando assim o sucesso terapêutico. Todas as questões que poderão ser colocadas com o intuito de explorar os significados face a determinada problemática, deverão ser adequadas às características da população alvo da intervenção, de forma a facilitar a sua compreensão.

Como foi referido inicialmente, os pais dependentes do álcool tendem a afastar-se física e emocionalmente dos filhos, o que acarreta consequências no desenvolvimento de uma criança/adolescente. A figura paterna é quem a introduz na lei e nas normas sociais, e que caso este esteja ausente o menor poderá vir a procurar outros meios para as internalizar (Vorcaro, Mazzini & Moteiro, 2008). Alguns autores defendem que os adolescentes cujos pais são ausentes se envolvem em discussões na escola (Eizirik & Bergman, 2004). Estes sentem revolta ou indignação aquando da ausência do pai devido ao divórcio ou ao desligamento dos filhos pois tendem a acreditar que o pai poderia reverter tal situação e voltar a estar mais presente, caso o desejasse. Em casos como este, a criança/adolescente pode sentir angústia pelo facto de saber que o seu pai não tem interesse por ele. Contrariamente ao que acontece em situação de perda, em que a figura paterna não está presente porque morreu. (Sganzerla & Levandowski, 2010). Os mesmos autores referem ainda que as crianças com ausência do pai biológico têm duas vezes mais probabilidades de repetir o ano escolar e evidenciam maiores dificuldades a nível académico (Eizirik & Bergmann, 2004). De acordo com outro autor, o insucesso escolar, as dificuldades de aprendizagem e de relacionamento com os outros têm como base, na maioria das vezes situações familiares (Eizirik & Bergmann, 2004), sendo por

isso pertinente realizar uma leitura sistémica destas problemáticas, em que se deixe de considerar que a sua presença é apenas e exclusivamente da responsabilidade da criança e se passe a considerar o sistema familiar para as compreender e consequentemente resolver.

Posto isto, torna-se pertinente intervir junto da problemática da dependência do álcool. Tendo em conta que a figura paterna desta família não admite que possui um problema de adição de substâncias, o método utilizado para sensibiliza-lo para a sua existência passaria por explorar os significados atribuídos ao álcool por parte da mesma, colocando-lhe as seguintes questões: “Quantas vezes por semana costuma beber em excesso?; O que significa para si o álcool?; Que mensagem pretende transmitir aos outros através do alcoolismo?; Na sua opinião, este seu vício tem impacto na sua família? Se sim, porquê? Se não, por que motivo acha que não tem?; Caso a resposta à questão anterior seja afirmativa, o que sente em relação ao facto do seu vício estar a prejudicar a sua família?; Já fez algum tipo de tratamento para superar este seu vício? Se sim, o que falhou nesse tratamento?”. Pretende-se com a colocação destas questões não só que o pai desta família tome consciência que tem um problema de adição de substância como que este está a afetar a sua vida e a da sua família.

Paralelamente a este tipo de acompanhamento por parte do psicólogo, seria ainda pertinente encaminhar este pai para um tratamento de desintoxicação para que consiga desvincular-se do seu vício. Após ter sido realizado este processo, seria também importante ultrapassar a distância física e emocional que se instalou entre ele, os seus filhos e a sua esposa em consequência do álcool. Para que o processo de intervenção não seja demasiado agressivo e para que o pai esteja disponível emocionalmente para se aproximar dos filhos, tentar esta reaproximação seria pertinente somente após terem sido realizados os dois tipos de acompanhamento anteriores (tratamento de desintoxicação e paralelamente ao acompanhamento psicoterapêutico).

O comportamento agressivo para com os colegas do jardim-de-infância de Mafalda e João poderá também estar relacionado com o facto de existir violência conjugal no sistema familiar, para além de poder surgir em consequência da negligência parental e do abuso do álcool por parte da figura paterna. A exposição a conflitos frequentes entre os progenitores pode gerar respostas emocionais intensas por parte da criança/ adolescente, podendo estas manifestar-se através de condutas agressivas (pois utilizam o padrão de violência familiar para resolver conflitos com os outros) ou depressivas (Benetti, 2006; Lourenço, Salgado, Amaral, Gomes & Senra, 2011).

Tendo em conta que Mafalda e o João estão a repetir o padrão de violência existente na família de origem, também seria importante intervir a este nível. Para intervir junto desta problemática, a intervenção seria realizada nos mesmos moldes que a interior, nomeadamente explorando os significados que o casal atribui a este tipo de violência. Para tal poderão ser colocadas as seguintes questões: “ Na vossa opinião, porque motivo os vossos filhos são agressivos com os colegas do jardim-de-infância?; Poderá esta agressividade estar relacionada com o facto de existir violência doméstica em vossa casa? e no vosso entender qual deverá ser a estratégia a utilizar para evitar que os vossos filhos sejam agressivos com os colegas?”.

No que concerne à conjugalidade, a desarmonia é frequente e resulta, habitualmente, da dificuldade que os cônjuges têm seja de estabelecer relações equilibradas e igualitárias, seja de desenvolver relações complementares que permitam obter do outro aquilo que é necessário para que o próprio se complete (Alarcão, 2002; Melo, Caldas, Carvalho & Lima, 2005). Nestes casos, os cônjuges utilizam-se mutuamente e consentem, de forma consciente ou inconsciente, com essa utilização embora sejam incapazes de transmitir afeto e reconhecimento. Neste contexto, é frequente que as relações sexuais sejam muito mediatizadas e que o casal fique preso a emoções díspares como a paixão e o ódio (Alarcão, 2002).

Neste tipo de relações, a existência de violência é frequente na medida em que um dos elementos do casal se julga superior ao outro e procura submetê-lo aos seus interesses e desejos. A violência constitui sempre uma forma de exercício de poder mediante o uso da força (física, psicológica, económica) pelo que define inevitavelmente papéis complementares: o de agressor e o de vítima. O recurso à força constitui-se como um método possível de resolução de conflitos interpessoais procurando o agressor que a vítima faça o que ele pretende, que concorde com ele ou, simplesmente que se anule e lhe reforce a sua posição/identidade (Matos, 2002; Melo, Caldas, Carvalho & Lima, 2005).

O facto da mãe de Mafalda e João ser alvo de violência doméstica por parte do marido e desta ter de cuidar sozinha (devido à ausência física e emocional do companheiro) dos filhos e da sua progenitora que se encontra acamada, faz com que ela apresente uma sobrecarga emocional. Desempenhar o papel de cuidadora informal não é tarefa fácil devido às exigências que lhe estão associadas. Conciliar este papel com os seus restantes papéis sociais torna-se desgastante e potenciador de *stress* pois exige que a cuidadora seja capaz de desempenhar múltiplas tarefas em simultâneo, nomeadamente

o papel de mãe, mulher e de um profissional ativo ao mesmo tempo que tem de assegurar as necessidades básicas, prestar cuidados de vigilância constante, dar apoio e suporte emocional ao familiar do qual se é cuidador (Diogo, Ceolim & Cintra, 2005; Simonetti & Ferreira, 2008).

A intervenção do psicólogo da família passaria também por intervir junto desta problemática, seguindo para tal o mesmo esquema de intervenção que no caso anterior. Neste caso não será realizado um acompanhamento individual mas sim de casal, durante o qual será importante sensibilizar o pai de Mafalda e João para o impacto que a violência conjugal pode provocar junto da sua esposa, nomeadamente que pode potenciar baixa autoestima e autoconceito, depressão, ansiedade, perturbação de *stress* pós-traumático, ataques de pânico, distúrbios alimentares, aumento do consumo de substâncias, tentativas de suicídio, perturbações do sono e comportamento antissocial (Matos, 2001; Adeodato, Carvalho, Siqueira & Souza, 2005), explorando os significados que o mesmo atribui a este tipo de violência. Para realizar este tipo de intervenção, poderão ser colocadas as seguintes questões ao pai desta família: “O que acha que a violência conjugal provoca na sua esposa?; O que representa para si este tipo de violência?; Por que motivo agride a sua esposa?; Que mensagem pretende transmitir aos outros através desta prática?; Existia violência doméstica na sua família de origem?; O que provocava em si a existência deste tipo de violência?”.

Para além da existência destas problemáticas, verifica-se ainda a presença de uma situação de cuidado informal. A grande maioria destes cuidadores presta apoio aos seus familiares todos os dias dedicando mais de 5 horas a estes cuidados em 15% dos casos ou entre 3 a 5 horas em 20% dos mesmos. Uma grande parte dos cuidadores não recebe ajuda de nenhum membro da família para cuidar do seu familiar, nem tem um único dia em que possa descansar desta função (Losada- Baltar, Izal- Fernández, Montorio- Cerrato, Márquez-González & Pérez-Rojo, 2004; Gil Sánchez, Gómez-Caro, Oropesa, Carmona de la Morena & Moreno, 2009; Rogero-Garcia, 2010). Para atender às necessidades da pessoa recetora de cuidados, a maioria dos cuidadores vive na mesma casa que ela, o que permite estar mais próxima e consequentemente mais disponível.

Posto isto, ser cuidador pode traduzir uma sobrecarga intensa que acaba por comprometer a saúde, a vida social, o bem-estar emocional, a relação com outros membros da família, a rotina doméstica, o desempenho profissional entre outros aspetos da vida familiar e pessoal (Diogo, Ceolim & Cintra, 2005; López & Martínez, 2006;

Simonetti & Ferreira, 2008; Lage, 2009). Embora o papel de cuidador possa ter repercussões negativas na vida do cuidador, este também pode estar relacionado a aspetos positivos ou benéficos como o crescimento pessoal; o aumento de sentimento de realização, de orgulho e da habilidade para enfrentar desafios; a melhoria no relacionamento interpessoal, tanto com o idoso como com outras pessoas; o aumento do significado da vida; o prazer; a satisfação; a retribuição; a satisfação consigo próprio e o bem-estar com a qualidade do cuidado oferecido (Diogo, Ceolim & Cintra, 2005).

Neste sentido, a intervenção do psicólogo da família passaria ainda por intervir junto da problemática da sobrecarga emocional de que a mãe da família é alvo. Para realizar este tipo de intervenção, seriam explorados os significados atribuídos por ela ao desempenho do seu papel de mãe sem a ajuda do marido e ao desempenho do papel de cuidadora informal, através da colocação das seguintes questões: “ Há quanto tempo o seu marido tem um problema de adição de substâncias?”; Como é a relação do seu marido com os seus filhos?; Na sua opinião em que medida isso influencia o desenvolvimento das crianças?; Acha que o álcool é o principal motivo pelo qual o seu marido é um pai ausente atualmente? Caso a resposta à questão anterior seja negativa, o que acha que estará por detrás do facto do seu marido ser um pai ausente? e O que significa para si executar o papel de mãe sozinha?”. Para explorar a segunda temática acima referida, poderão ser alvo de reflexão as seguintes questões: “ Que mudanças suscitou na sua vida (pessoal, familiar e profissional) o desempenho do papel de cuidadora informal?; Como se adaptou a estas mudanças (estratégias de *coping* utilizadas pelo cuidador para se adaptar a essas mudanças)?; Tem irmãos que a possam ajudar nesta tarefa? Caso a resposta à questão anterior seja positiva, por que motivo os seus irmãos não a ajudam a cuidar da sua mãe?; Na sua opinião, o que poderia ser feito em relação aos seus irmãos para mudar esta situação (cuidar da mãe sozinha)?; Alguma vez procurou a ajuda de um serviço (apoio domiciliário, centro de dia) que a pudesse ajudar a desempenhar o seu papel de cuidadora? Caso a resposta à questão anterior seja negativa, por que motivo nunca o fez? e Qual é a sua opinião acerca destes tipo de respostas sociais?”.

Em suma, pretende-se demonstrar às educadoras através deste tipo de intervenção, que é importante realizar uma leitura sistémica das problemáticas que possam existir no dia-a-dia. Importa sensibiliza-las para o facto de adotar uma visão abrangente da situação, que tenha em consideração não apenas o resultado final (neste caso, considerar a negligência parental um desmazelo por parte dos pais) mas a sua

origem (a negligência surgir em consequência do problema de adição de substâncias do pai e da sobrecarga emocional da mãe).

Papel das educadoras face a esta e outras problemáticas

Neste caso, as educadoras deverão contatar os pais (como foi referido no caso clínico) para perceber o que está na origem da problemática existente. O papel destas profissionais passará ainda por mostrar alternativas às figuras parentais nomeadamente indicar entidades que as possam ajudar a resolver os problemas/dificuldades existentes, como o GASC (Grupo Social de Ação Cristã), o CRES (Centro de Recursos e Envolvimento Social) que realiza intervenção familiar e parental ou ainda encaminhá-los para um psicólogo cuja área de especialização seja adequada para estes casos.

Anexo XX

Sessão destinada aos técnicos da valência- RSI

Caso clínico:

A família Sá é composta por Rui, o pai, Amélia, a mãe e Carla, José e Elsa os filhos. O casal tem 35 anos e os filhos têm respetivamente 15, 12 e 9 anos. Atualmente a família vive numa habitação social, num bairro inserido na periferia de uma cidade pequena. Os Sá são uma família carenciada, com escassos recursos económicos e dificuldades de inserção social no bairro em que residem. São apoiados por uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), no âmbito de um projeto de luta contra a pobreza que lhes fornece apoio monetário (em troca do trabalho da mãe), social (tratando da escolarização e da alimentação dos filhos) e médico. O pai é serralheiro mas não tem emprego nem rendimento fixo. A Carla frequenta o 7º ano de escolaridade obrigatória, o José o 3º ano e a Elsa, que continua institucionalizada, o 4º ano. José tem um elevado absentismo e insucesso escolar.

Alguns anos após o casamento, Amélia começou a prostituir-se assumidamente na rua com o conhecimento do marido. Nessa altura, Amélia começou a beber e era agredida pelo companheiro sempre que chegava bêbada a casa. O casal discutia muito e José recorda um episódio em que teve de chamar a polícia pois o pai tinha agredido violentamente a sua mãe. Passado algum tempo, Rui (o pai) foi trabalhar para uma zona muito distante o que o impedia de vir a casa. Dois anos após o nascimento de Elsa, e dada esta situação de alcoolismo e prostituição da mãe e ausência do pai, as crianças foram institucionalizadas tendo aí permanecido durante cinco anos. Quando a família foi instalada na habitação social Carla e José vieram viver com os pais, mas continuavam a realizar as refeições na referida instituição e a frequentar um estabelecimento escolar próximo. Elsa que tinha já iniciado a escolaridade primária, preferiu ficar institucionalizada, dado que gostava muito da professora, vindo a casa somente aos fins-de-semana. No período em que regressa a casa mantém sempre a mesma rotina: primeiro faz os trabalhos de casa e depois vai brincar. Geralmente sozinha.

Já depois do regresso do marido, Amélia submeteu-se a um tratamento de desintoxicação e deixou a prostituição, mas continua desempregada. A partir dessa altura, o marido deixou de ter emprego certo. Requereu por isso o rendimento social de

inserção uma vez que não tinha o direito de receber subsídio de desemprego (pois não tinha descontado o suficiente para a Segurança Social).

José já mudou duas vezes de estabelecimento de ensino em virtude do seu comportamento muito agressivo em relação aos colegas. Atualmente diz sentir-se melhor nesta escola mas faltas às aulas sempre que pode. A relação dos filhos com o pai oscila entre a indiferença e o medo de serem por ele castigados. A mãe é mantida mais afastada por todos e há alturas em que o pai e os filhos se unem contra ela. Ao mesmo tempo que querem esquecer o tempo em que esta se embebedava e se prostituía, os filhos chamam-lhes nomes e acusam-na de ser responsável pelas dificuldades da família.

Fundamentação teórica da sessão

Do ponto de vista estrutural, verifica-se que esta família não possui uma hierarquia de poder definida, estando as funções parentais delegadas nos técnicos que se ocupam dos filhos (nomeadamente na assistente social da IPSS pela qual é acompanhada, na monitora do ATL que o José frequenta, na assistente social da área da residência da família e nos profissionais da instituição em que Elsa está internada). A relação entre o pai e os filhos varia entre a indiferença e o medo de serem por ele castigados, o que indica disfuncionalidade. As fronteiras existentes entre o subsistema parental e filial são *difusas*, embora se evidencie uma tendência para a sua rigidificação. A existência destas fronteiras dá origem a famílias *emaranhadas*, isto é, famílias que giram em torno de si mesmas para desenvolver o seu próprio microcosmo e consequentemente aumentar a comunicação e preocupação entre os seus membros (Minuchin, 1982). Nesta tipologia, os elementos dos subsistemas podem ser prejudicados no sentido em que o sentimento de pertença incrementado requer uma máxima renúncia da autonomia, desencorajando a exploração autónoma e o domínio dos problemas. Contudo, como existe uma tendência para a rigidez, que se verifica na dificuldade de comunicação entre os subsistemas, é possível que exista também algumas características da família considerada *desligada*. Neste tipo de famílias, os elementos dos subsistemas podem funcionar de forma autónoma, mas têm um sentido distorcido de independência e carecem de sentimentos de lealdade e de pertença, bem como de capacidade de interdependência e para a solicitação de apoio, quando necessário (Minuchin, 1982).

Para proporcionar um bom funcionamento familiar, é importante que os pais comuniquem com os filhos, estabeleçam regras familiares e definam papéis e fronteiras entre os subsistemas (Minuchin, 1982; Mondin, 2008). O funcionamento apropriado da família exige a presença de uma comunicação clara, com direccionalidade e carga emocional adequadas, devendo existir congruência entre os níveis verbais e não-verbais (Watzlawick, Beavin, & Jackson, 2007; Penso & Costa, 2008). Para a sua contribuição torna-se também necessário que os pais definam os seus papéis enquanto figuras de referência e estabeleçam fronteiras entre eles e os seus filhos. A sua existência é importante uma vez que protege a diferenciação do sistema e consequentemente a definição dos papéis, pois é ao definir o mesmo que se descreve as funções e as exigências de cada elemento da família (Minuchin, 1982).

No que concerne a conjugalidade, a desarmonia é frequente e resulta, habitualmente, da dificuldade que os cônjuges têm seja de estabelecer relações equilibradas e igualitárias, seja de desenvolver relações complementares que permitam obter do outro aquilo que é necessário para que o próprio se complete (por exemplo, Amélia poderia prostituir-se com o consentimento do marido porque seria uma forma de angariar dinheiro para lhe dar). Nestes casos, os cônjuges utilizam-se mutuamente e consentem, de forma consciente ou inconsciente, com essa utilização embora sejam incapazes de transmitir afeto e reconhecimento. Neste contexto, é frequente que as relações sexuais sejam muito mediatizadas e que o casal fique preso a emoções díspares como a paixão e o ódio (Alarcão, 2002).

Neste tipo de relações, a existência de violência é frequente na medida em que um dos elementos do casal se julga superior ao outro e procura submetê-lo aos seus interesses e desejos. A violência constitui sempre uma forma de exercício de poder mediante o uso da força (física, psicológica, económica) pelo que define inevitavelmente papéis complementares: o de agressor e o de vítima. O recurso à força constitui-se como um método possível de resolução de conflitos interpessoais procurando o agressor que a vítima faça o que ele pretende, que concorde com ele ou, simplesmente que se anule e lhe reforce a sua posição/identidade (Matos, 2002). Posto isto, a intervenção deverá ter em atenção não só o impacto da violência na vítima como também o modo como foi construída a relação conjugal.

Ao nível da parentalidade, verifica-se que a função socializadora dos pais está perturbada. A ausência da figura paterna acarreta consequências no desenvolvimento de uma criança/adolescente uma vez que é a figura paterna quem a introduz na lei e nas

normas sociais, e que caso este esteja ausente o menor poderá vir a procurar outros meios para as internalizar (Vorcaro, Mazzini & Moteiro, 2008). Alguns autores defendem que os adolescentes cujos pais são ausentes se envolvem em discussões na escola (Eizirik & Bergman, 2004). Estes sentem revolta ou indignação aquando da ausência do pai devido ao divórcio ou ao desligamento dos filhos pois tendem a acreditar que o pai poderia reverter tal situação e voltar a estar mais presente, caso o desejasse. Pode pensar-se aqui na angústia de se saber que se tem um pai, mas que no fundo ele não se interessa pelo filho ao invés de saber que ele morreu (Sganzerla & Levandowski, 2010). Os mesmos autores referem ainda que as crianças com ausência do pai biológico têm duas vezes mais probabilidades de repetir o ano escolar e evidenciam maiores dificuldades a nível académico (Eizirik & Bergmann, 2004).

De acordo com outro autor, o insucesso escolar, as dificuldades de aprendizagem e de relacionamento com os outros têm como base, na maioria das vezes situações familiares (Eizirik & Bergmann, 2004), como se verifica no caso do José. O seu elevado absentismo e insucesso escolar poderão dever-se à relação disfuncional que possui com os seus pais.

O comportamento agressivo deste adolescente poderá também estar relacionado com a violência conjugal existente entre os seus pais. A exposição a conflitos frequentes entre os progenitores pode gerar respostas emocionais intensas por parte da criança/adolescente, podendo estas manifestar-se através de condutas agressivas (pois utilizam o padrão de violência familiar para resolver conflitos com os outros) ou depressivas. Menores expostos a situações de conflito conjugal apresentam maior incidência de sintomas de ansiedade, agressividade e distúrbios de comportamento. No período da adolescência podem inclusive originar abuso de substâncias e delinquência juvenil (Benetti, 2006; Lourenço, Salgado, Amaral, Gomes & Senra, 2011).

Com base no trabalho realizado com famílias multiproblemáticas, Cancrini, Gregorio e Nocerino (1997), identificaram uma configuração muito frequente nestes sistemas familiares, que intitularam de *pai periférico* pelo facto deste não comparecer na(s) instituição (ões) que acompanham a família, pelo menos inicialmente. Com um baixo nível de instrução, geralmente desempregado ou subocupado, este pai tem, desde o início, um papel secundário nestas famílias tanto do ponto de vista afetivo como económico. Geralmente é frequentemente obrigado a ausentar-se de casa por longos períodos de tempo, o que o leva a ter uma relação precária com os filhos. O conhecimento da situação, a partir das descrições feitas pela mãe no momento em que

contacta com os serviços, leva os profissionais a considerá-lo violento, alcoólico, infiel e incapaz de cuidar da sua família. No entanto, é comum que os técnicos fiquem positivamente surpreendidos com a sua cooperação quando conseguem integrá-lo na intervenção. A condição periférica desta figura paternal pode estar relacionada com diversos fatores, nomeadamente com a falta de sentido de responsabilidade; o sentimento profundo de que não irá conseguir reagir perante as dificuldades ou ainda a um sentimento de vergonha pelo facto da sua família ser obrigada a recorrer a um serviço (Cancrini, Gregorio & Nocerino, 1997).

Em suma, podemos considerar que estamos perante uma família multiproblemática uma vez que dois ou mais elementos da mesma família apresentam problemas de comportamentos bastante graves sendo necessário requerer ajuda externa; verifica-se a ausência das competências parentais necessária para assegurar o correto desenvolvimento da vida familiar; estamos perante um sistema familiar que delega as suas responsabilidades aos profissionais das instituições que os acompanham e por último, existe uma dependência acentuada dos serviços que lhes prestam auxílio (Cancrini, Gregorio & Nocerino, 1997; Alarcão, 2002; Sousa, 2005).

Tendo em conta que a maioria dos utentes de Rendimento Social de Inserção (RSI) não apresenta somente dificuldades de reintegração profissional e que as problemáticas existentes no seio da família podem influenciar negativamente este processo reintegrativo, torna-se necessário realizar uma intervenção mais abrangente. Tomemos como exemplo, o caso de um toxicodependente que corre o risco de perder o emprego que conseguiu através do programa de formação profissional do RSI, pelo facto de poder vir à consumir ou a roubar dinheiro no local de trabalho para sustentar o seu vício. Quando comparado um tipo de intervenção que envolve somente reintegração profissional com outra que abrange o encaminhamento para um tratamento de desintoxicação em simultâneo com acompanhamento psicoterapêutico individual, maior será o sucesso da segunda intervenção em relação à primeira, dada a sua abrangência. Intervir de acordo com a perspectiva sistémica junto das famílias permite-nos atuar de uma forma mais ampla, aumentando assim as hipóteses de alcançar o sucesso (Alegret & Baulenas, 1997).

Contudo, para ajudar as famílias a criarem condições para deixarem de usufruir do RSI, é importante que os técnicos não estigmatizem as famílias e acreditem na sua recuperação. As competências de intervenção dos profissionais são muito importantes pois elas influenciam positiva/negativamente o sucesso da intervenção. Se os técnicos

não acreditarem nas famílias, não as compreenderem e criarem estereótipos a seu respeito mais difícil será envolvê-las na intervenção. O facto de existirem utentes de RSI que usufruem deste subsídio durante anos comprova que o método adotado pelos profissionais não é o mais adequado. Posto isto, torna-se pertinente sensibilizar os profissionais para a importância da presença das dimensões supracitadas na intervenção com as famílias.

Intervenção do psicólogo da família⁴

Perante o caso clínico acima referido, a intervenção do psicólogo clínico e social da família passaria numa fase introdutória por demonstrar à família que não irá nem julgá-los, nem estabelecer juízos de valor a seu respeito e que o seu objetivo enquanto psicólogo é precisamente ajudá-los a criar condições para deixar de ser utente de RSI. De forma a explorar a falta de regras e fronteiras familiares existentes entre o subsistema parental e filial, a intervenção mais adequada passará por explorar junto do casal os significados que atribuem a esta ausência. Esta poderá ser realizada através da colocação das seguintes questões: ““ Quem tem por hábito impor regras lá em casa?”; Açam que deveriam mudar alguma coisa na vossa relação com os vossos filhos? Se sim, o quê? Se não, por que motivos acham que não devem mudar?”. A exploração de significados representa a estratégia de intervenção mais adequada uma vez que desta forma o casal não sentirá que o psicólogo está a insinuar que são “maus pais” e consequentemente a tentar “incutir-lhes” que sejam melhores figuras de referência.

Para intervir junto da problemática da violência conjugal, o psicólogo desta área explorará com o casal o que significa para eles esta forma de comunicação (alcoolismo e violência conjugal), bem como qual é a mensagem que pretendem transmitir aos outros. A estratégia utilizada passará por colocar as seguintes questões: “ O que representa para vocês a violência conjugal e o alcoolismo?; Que impacto tem na vossa relação e nos vossos filhos?; Que mensagem pretendem transmitir aos outros?; Açam que seria importante mudar o vosso comportamento? Se sim/não, por que motivos?”.

A intervenção do psicólogo clínico e social da família passará ainda por explorar junto do casal e junto do menor, os significados que estes atribuem ao comportamento

⁴ Dada a complexidade do caso clínico apresentado e a facilidade de compreensão para os técnicos da valência, considerou-se pertinente diferenciar a fundamentação teórica da sessão da intervenção do psicólogo, contrariamente ao sucedido com as restantes sessões.

agressivo de José. Numa primeira fase, seria pertinente realizar a intervenção apenas com os pais para permitir que estes se sintam à vontade para conversar sobre o assunto e não se deixem influenciar pelos significados atribuídos pelo seu filho. A estratégia de intervenção passará por colocar as seguintes questões ao casal: “ O que representa para vocês o comportamento agressivo do vosso filho?; Na vossa opinião a que se deve este tipo de comportamento? Que estratégias poderiam ser adotadas para melhorar o seu comportamento?; Acham que o facto os episódios de violência conjugal existentes entre vocês tem influencia no comportamento agressivo do vosso filho?”. Após ter explorando os significados junto dos pais, será pertinente realizar o mesmo exercício somente com o José pelos mesmos motivos acima referidos para os pais. De forma a explorar os significados do adolescente em relação ao seu comportamento agressivo, ser-lhe-ão colocadas estas questões: “ Na tua opinião o que te leva a ser agressivo?; Acha que a relação que tens com os teus pais influencia a tua agressividade?; O que sentiste quando assististe ao episodio de violência entre os pais?; Gostarias que isso não se voltasse a repetir?”. Após ter explorado os significados em relação ao comportamento agressivo de José junto deste e dos seus pais, seria importante juntar os elementos da família para que estes partilhem a informação transmitida ao psicólogo. Tendo em conta que existe dificuldades de comunicação entre os subsistemas parental e filial, esta partilha permitirá não só que eles conversem sobre o assunto (exercício que não têm por hábito realizar) como que eles transmitam os seus significados em relação ao mesmo. Este exercício poderá fazer com que os membros da família fiquem sensibilizados (pois estão a tomar conhecimento de algo que não sabiam) e procurem tentar mudar o seu comportamento.

Por último, a intervenção do psicólogo clínico e social da família passará ainda por intervir junto da família sobre a relação disfuncional existente entre pais e filhos. Para realizar este tipo de intervenção, seguir-se-á o mesmo método o referido anteriormente, nomeadamente explorar os significados atribuídos por cada filho à relação existente entre ele e os seus pais, bem como estar individualmente com cada um para posteriormente reunir toda a família. Para obter os significados do casal perante a sua relação com os filhos, ser-lhes-á colocada as seguintes questões: “ Como caracterizam a vossa relação de pais e filhos?; Acham que algo deveria mudar na mesma? Se sim, o quê? Se não, por que motivos?; Acham que os vossos filhos gostam da relação que têm com eles? Porquê?”. Por sua vez para obter os significados dos filhos, ser-lhes-ão colocadas as seguintes questões individualmente: “ Como é a tua

relação com os teus pais?; Gostarias que ela fosse diferente? Porquê?; Como acha que é a relação dos teus irmãos com os teus pais?; Achas que ela deveria ser diferente?”. Após ter estado com cada um dos elementos dos subsistemas, será reunida toda a família para que esta partilhe a informação transmitida ao psicólogo isoladamente. Através da realização deste exercício pretende-se que a família não só tente ultrapassar as suas dificuldades de comunicação, como ainda tome conhecimento do que cada sente para poder vir a melhorar as relações existentes entre eles.

Em suma, se este tipo de intervenção for realizada poderão ser criadas condições para que a família deixe de ser utente de RSI. O sucesso da intervenção resume a três dimensões: intervir de forma individualizada, isto é adotar estratégias de intervenção diferenciada para cada família consoante as problemáticas existente no seio da mesma, não estigmatizar as famílias e acreditar na sua capacidade de mudança e por último, optar por uma intervenção mais abrangente.

Anexo XXI

Caso clínico apresentado aos técnicos da valência- CAT

Caso clínico:

Carina com 7 anos de idade chega ao centro de acolhimento temporário após ter sido sinalizada à CPCJ pela professora e consequentemente retirada à família pelo Tribunal. Foi considerado que a menor se encontrava em situação de perigo pelo facto dos pais estarem desempregados, o pai ter problemas de adição de substâncias, serem negligentes uma vez que não asseguram as condições de higiene, de alimentação e de saúde, existir violência doméstica e deficiência económica e ainda por esta família viver em condições habitacionais inapropriadas. Segundo o relatório realizado pela CPCJ, é uma família desestruturada com problemas emocionais e relacionais e com ausência de responsabilidades parentais que necessita de acompanhamento para garantir o bem-estar da criança. Os técnicos desta entidade consideram que Carina é uma menina agressiva, com baixa autoestima e autoconceito, com falta de motivação para aprender na escola e consequentemente com baixo rendimento escolar.

A mãe de Carina é oriunda de uma família também ela desestruturada em que a mãe era igualmente vítima de violência doméstica. Terá inclusive casado muito jovem (com 19 anos) para poder sair do ambiente familiar em que vivia e engravidado passado pouco tempo, tal como acontecera com a sua mãe. A relação com os seus pais era também ela disfuncional devido à violência existente no ambiente familiar. Chegou inclusive a estar muitas vezes ausente do mesmo para não assistir aos episódios de violência nos quais era envolvida.

Por sua vez o pai de Carina, veio de uma família numerosa (8 irmãos) também ela desestruturada em que a figura paterna tinha um problema de adição de substâncias. Embora o pai de Carina tivesse desenvolvido problemas relacionados com a bebida desde o período da adolescência, estes têm vindo a agravar-se após ter ficado desempregado.

Anexo XXII

Apresentação da *Dupla Lua* aos técnicos do CAT

A Dupla Lua

Apresentação do instrumento

A *Dupla Lua* (Greco, 2004) é um instrumento gráfico-simbólico de carácter projetivo criado pela docente Ondina Greco nos finais dos anos noventa. A sua aplicação é adequada em situações familiares complexas ou em situações caracterizadas por uma “parentalidade atípica” nomeadamente em casos de divórcio, migração, adoção, luto, famílias de acolhimento e institucionalização. Pode ser aplicado individualmente, a casais e a famílias com filhos a partir dos 5 anos de idade. A sua aplicação consiste em pedir aos participantes que representem através de um desenho simbólico muito simples, descritivo do seu próprio mundo psicológico e das fronteiras familiares como cada um se representa perante as pessoas que lhe são significativas. descritivo do seu próprio mundo psicológico e das fronteiras familiares como cada um se representa perante as pessoas que lhe são significativas (Greco, 2004).

Instruções

O psicólogo indicando o retângulo diz: “ Este retângulo representa o seu mundo, isto é aquilo que lhe interessa e as pessoas mais importantes para si. O espaço externo ao retângulo representa tudo aquilo que você tem fora deste mundo”.

1- Desenhe-se a si próprio com um símbolo e coloque-se onde quiser.

2- Agora desenhe sempre através de um símbolo as pessoas mais importantes para si e coloque-as também onde quiser (numerar por ordem sequencial os desenhos realizados). As pessoas importantes podem estar neste momento próximas ou distantes de si mas não é por isso que deixam de ser importantes.

3- Agora una com um só círculo as pessoas que para si fazem parte da mesma família. Pode desenhar um ou mais círculos, consoante considere o que é mais verdadeiro para si. Caso a criança pergunte se deve incluir em algum dos círculos

desenhados ou se pode não se incluir em nenhum, devemos responder “ Faz como te sentires melhor.”

4- Na sua opinião, “onde poderia colocar...?” (elemento ausente).

5- “Se tivesse uma varinha mágica, o que mudaria neste desenho?” (“há alguma pessoa que não representou e gostaria agora de acrescentar? Há alguma pessoa que gostaria de colocar noutro sítio? Quem? E onde a colocaria?”) (Greco, 2004).

Grelha de análise

1. Avaliação global

Reter a primeira impressão que o desenho suscita, isto é, registar as evidências gráficas, a relação entre “vazio” e “cheio”. Dar um título ao desenho pode ser útil para fixar esta primeira impressão (Greco, 2004).

2. Avaliação dos elementos

a) Tipologia do símbolo;

b) Grandeza dos símbolos utilizados (homogénea/heterogénea para quem (quem é representado de forma grande e pequena));

c) Disposição dos elementos na folha (utilização do retângulo, utilização do espaço externo ao retângulo);

d) Disposição dos elementos no retângulo (utilização do centro, utilização dos ângulos, utilização dos limites);

e) Representação das fronteiras familiares: quantas famílias? Quais os componentes de cada família?;

f) Estão representados na fase do desenho espontâneo os polos do conflito (quais as ausências?);

g) Foi possível perguntar pelo polo ausente? Se sim, onde foi colocado?

h) Espaço do desejo (presente/ausente/ qual a sua utilização: desejos próximos ou desejos longínquos) (Greco, 2004).

3. Análise da interação durante a entrevista e administração do instrumento

a) Interação do grupo familiar com o técnico (aspectos comportamentais e emotivos, estilo prevalente, atribuição de papéis); interação entre os membros da família;

b) Interação do técnico com o grupo familiar (aspectos contratransferenciais, resposta à atribuição de papel (podem permitir-nos para desempenhar determinado papel)) (Greco, 2004).

4. Critérios de interpretação do desenho

A *Dupla Lua* permite recolher aspetos específicos da situação caracterizada por “ambiguidade das fronteiras”: a presença de dois polos familiares “antagónicos” e a necessidade para cada indivíduo de individuar uma modalidade de superação desta inquietante situação/fase.

A modalidade que a *Dupla Lua* coloca em evidência é muito diferente entre os indivíduos da mesma família. É uma projeção da representação de cada um e pode refletir a presença de uma solução integrativa ou, pelo contrário, denunciar a incapacidade ou impossibilidade atual de manter um diálogo explícito com ambos os polos cujo indivíduo percebe a sua coexistência como impossível (Greco, 2004).

4.1 Critério de leitura do teste para avaliar a situação individual e familiar

4.1.1 Presença dos polos do conflito

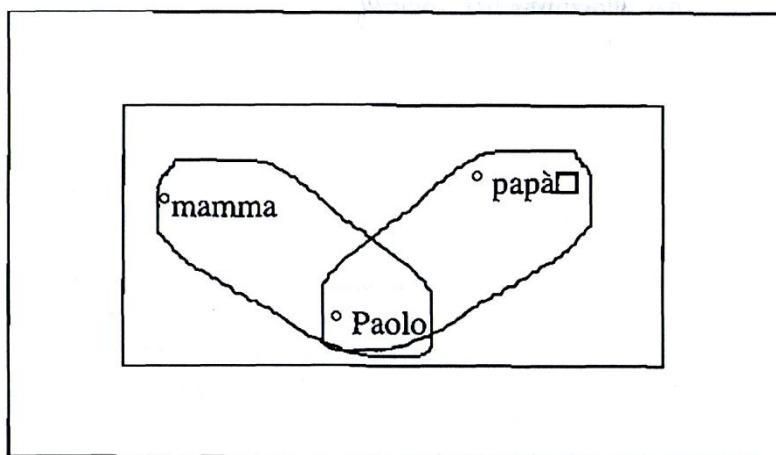
O primeiro indício da elaboração do problema da ambiguidade das fronteiras é a presença - explícita ou explicitamente – de ambos os polos familiares no horizonte gráfico e no horizonte verbal. Isto é, quando o sujeito ao qual é aplicado a “*Doppia luna*” é capaz de elaborar o problema da ambiguidade das fronteiras, ambos os polos familiares estão presentes quer no seu desenho, quer na sua expressão verbal.

Num primeiro nível de análise, o mais importante não é “onde” são colocados os polos familiares na folha, mas que eles possam ambos ser objeto de expressão e reflexão. Deve portanto ser relevante se o indivíduo coloca espontaneamente ambos os polos do conflito, ou se pelo menos verbaliza a sua dificuldade em encontrar um lugar para cada um deles. O conteúdo do desenho revela a forma como é enfrentado o problema (Greco, 2004).

4.1.2. Dupla representação

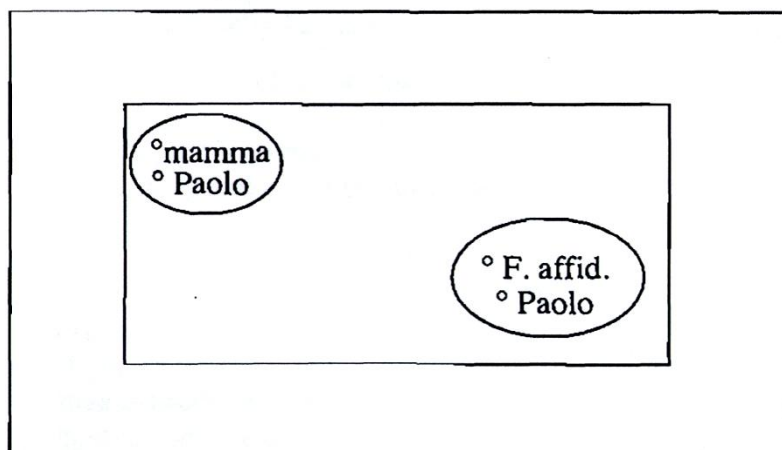
Modalidades integrativas: manifestam a possibilidade de integração do conflito.

a) Interseção



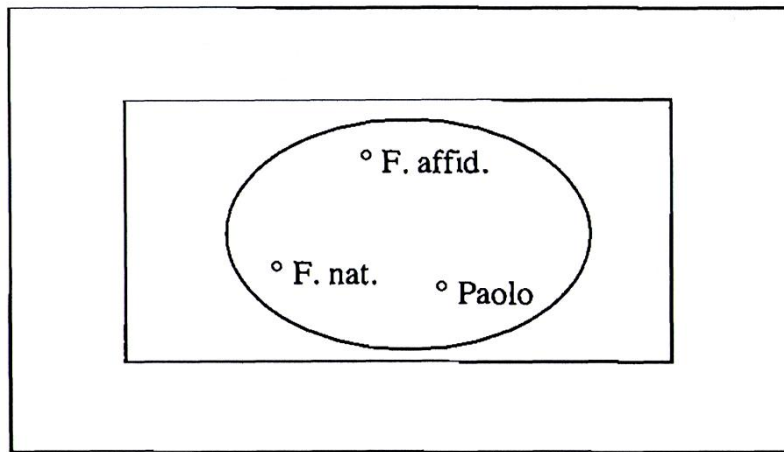
Boa relação com o conflito. Capacidade para manter distintos os dois polos (pertence à família do pai e à família da mãe - dupla pertença). O sujeito considera-se o ponto de contacto entre os 2 sistemas e é capaz de identificar os dois polos do conflito e ainda considerar que pertence a ambos (Greco, 2004).

b) Desdobramento de si/ duplicar-se



O sujeito é capaz de identificar as duas famílias e a sua dupla pertença. Neste caso, há integração do conflito por parte do sujeito, uma vez que, considera que pertence a ambos os polos e sabe identificá-los (Greco, 2004).

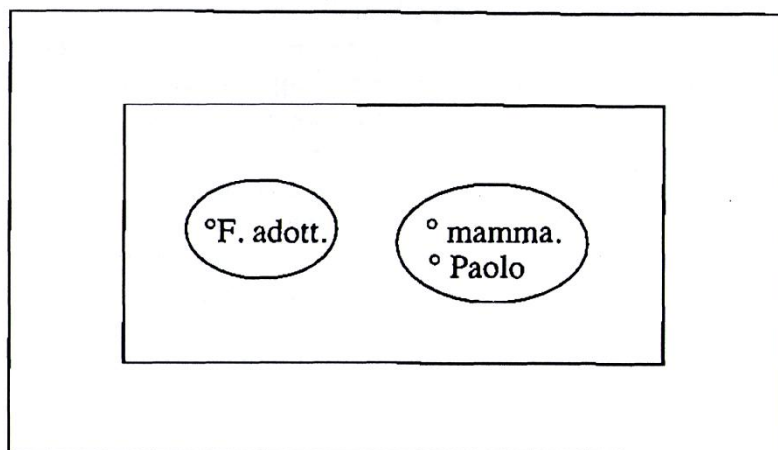
c) Círculo único



Neste caso, há novamente uma boa interpretação do conflito. Contudo, esta representação pode ser considerada ambígua. Por um lado, pode ser considerada uma boa interpretação do conflito porque o sujeito identifica os dois polos e a dupla pertença. Por outro lado, pode ser interpretado como uma forma de negação, uma vez que, não é capaz de separar os dois polos e por isso não respeita a realidade externa.

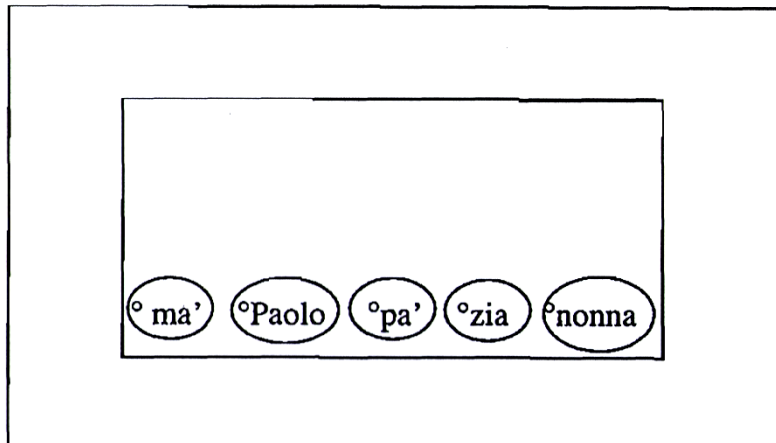
Modalidades não integrativas: manifestam a incapacidade do sujeito para interpretar o conflito.

a) *Schieramento* (pertence apenas a um polo)



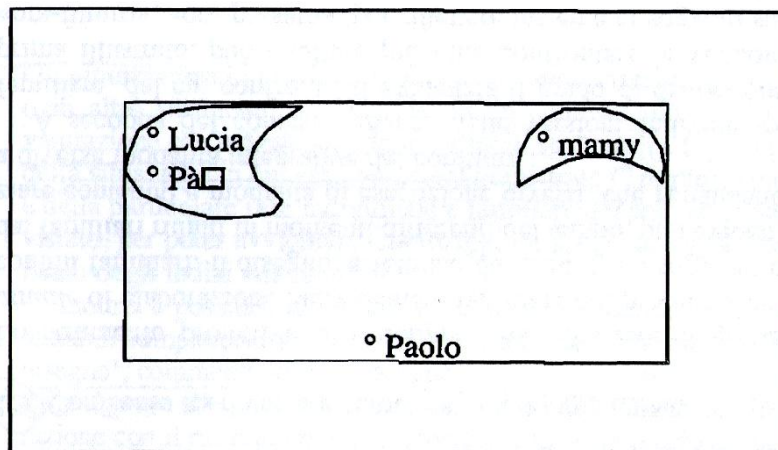
O sujeito toma uma posição, assume que faz parte apenas de um polo embora represente os dois. Não integra a pertença a ambas as famílias. Aqui verifica-se uma modalidade ambígua: as representações são realísticas e por isso o sujeito expressa a sua posição real ou então pode ser alvo de sofrimento e não consegue por esse motivo integrar ambas as famílias.

b) Uma família para cada sujeito



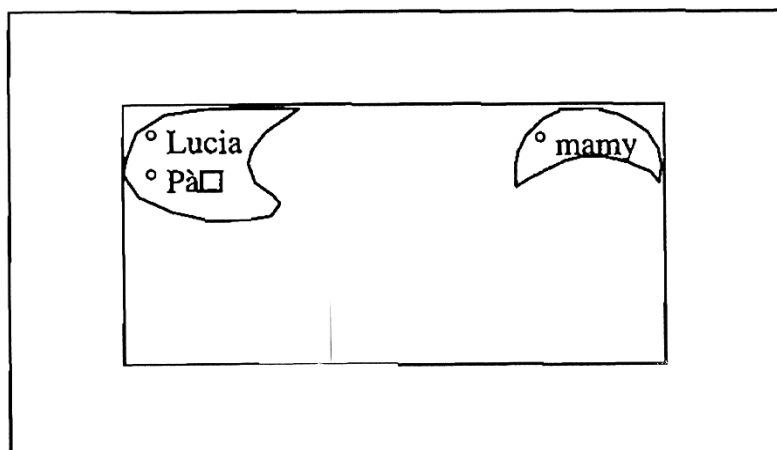
O sujeito não toma posição, circunscreve cada membro como se pertencesse a uma família. Indica uma negação (não é o mecanismo mais sadio para ultrapassar um conflito pois não permite que seja elaborado e integrado no processo de crescimento e pertença) do conflito por parte do sujeito.

c) Isolamento



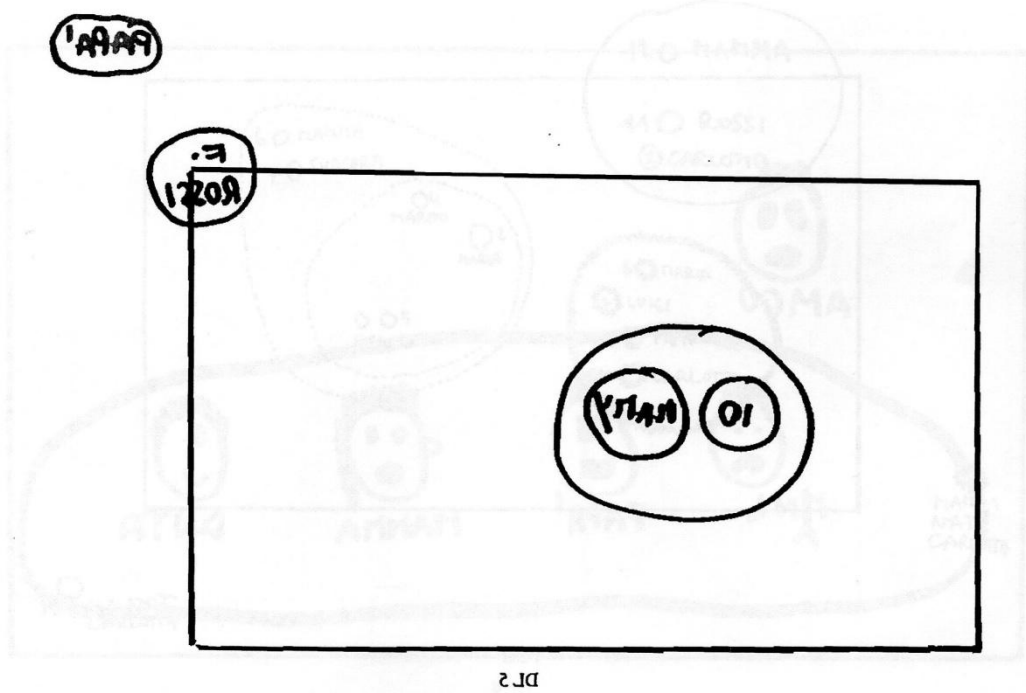
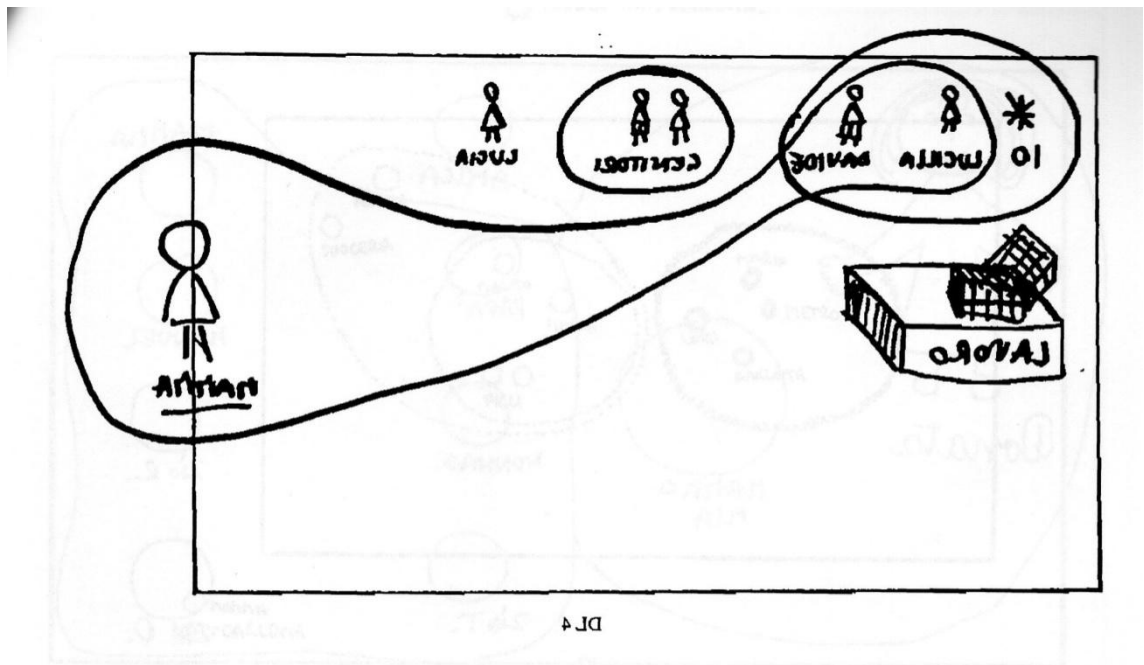
O sujeito reconhece e desenha todos os polos do conflito mas exclui-se de ambos. Neste caso, também há negação do conflito mas de forma diferente. O sujeito coloca-se fora do conflito foge à tensão pondo-se de parte.

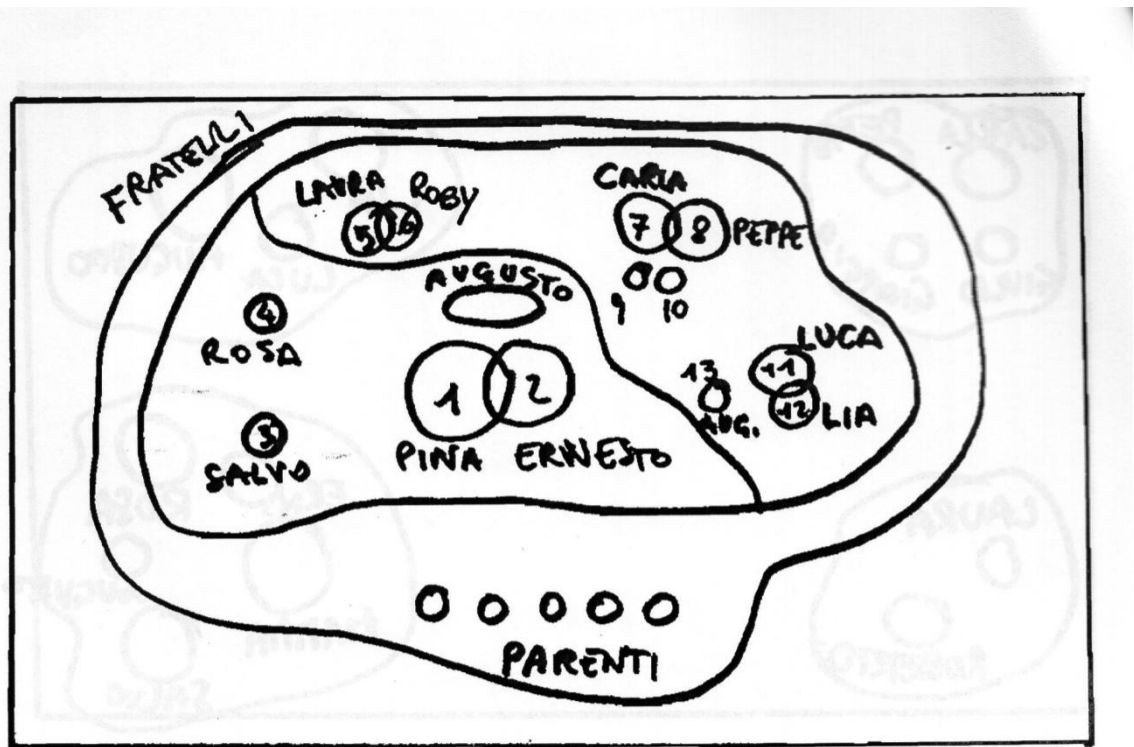
d) Omissão de um elemento



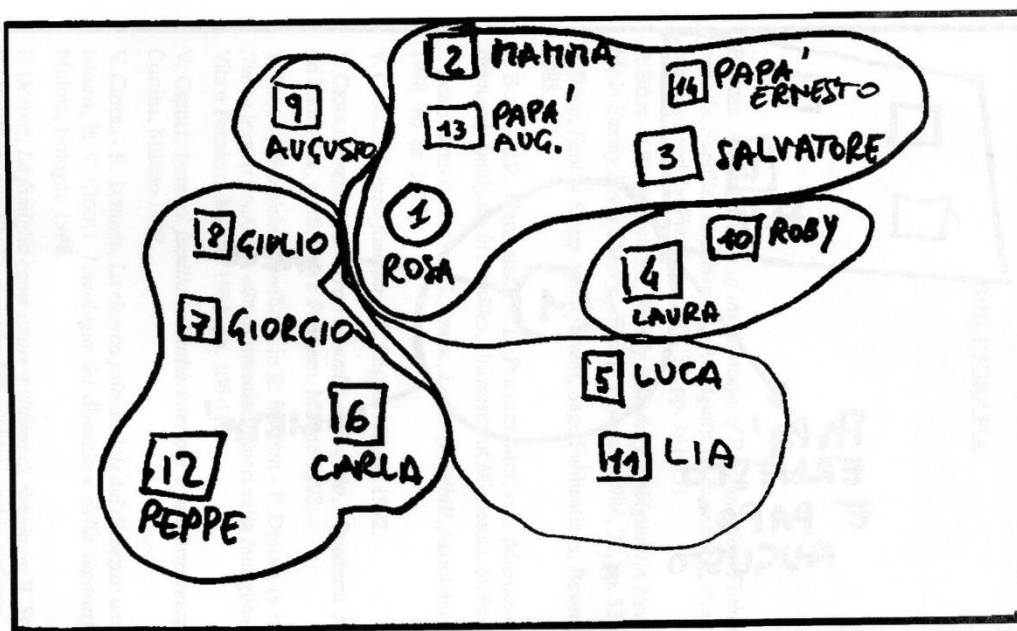
Há omissão de um dos polos do conflito. É eliminado uma das causas de tensão, um dos elementos porque não consegue gerir uma das partes. Esta representação permite-nos compreender se há ou não elaboração do conflito, como compreender as ressonâncias emocionais que o conflito tem para o sujeito.

5. Alguns desenhos que resultaram da aplicação da Dupla Lua em contexto de acompanhamento psicoterapêutico

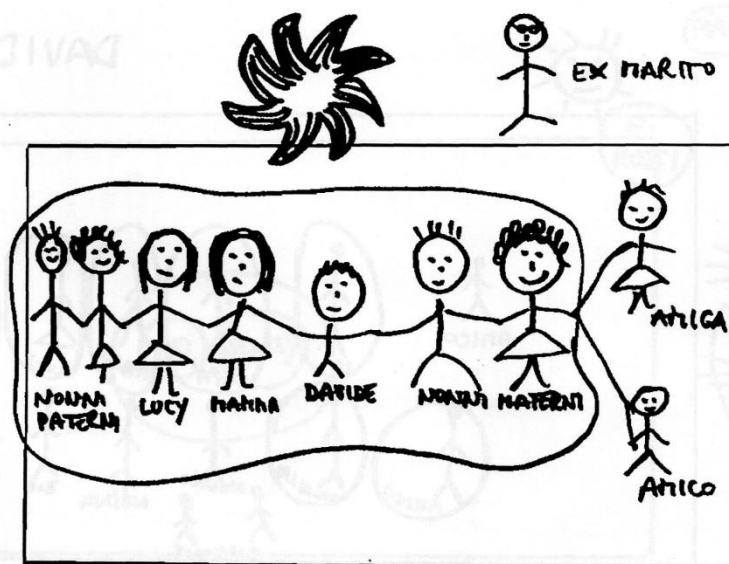




DL 12



DL 13



DL 1

Anexo XXIII

Caso clínico apresentado à técnica das valências da 3ª idade

Caso clínico:

A família Alves é constituída pela D. Leonilde de 75 anos, viúva há 5 anos e pelos 4 filhos, João com 42 anos, Marisa com 44 anos, Pedro com 50 anos e Isabel com 55. A progenitora desta família sempre fora uma senhora autónoma e independente apesar de ter problemas de saúde do foro cardíaco, até ao dia em que teve um Acidente Vascular Cerebral (AVC) que a deixou num estado de dependência (deixou de andar e mexer o membro superior esquerdo). Após este acontecimento, a família Alves teve de se reorganizar uma vez que a D. Leonilde não podia continuar a viver sozinha como sucedia até então. Tendo em conta que Pedro reside no estrangeiro e a sua mãe não quer sair de Portugal, a D. Leonilde ficou à responsabilidade dos seus restantes filhos. A sua filha Marisa alegou não poder cuidar da mãe por não ter um espaço físico em sua casa para a poder acolher. João por sua vez aceitou cuidar da mãe mas não por um período muito longo, pois não quer deixar de passar férias fora de casa e de passear quando quiser. Isabel aceitou cuidar da sua progenitora mas assim como se verifica com o irmão, ela também não quer assumir esta responsabilidade por um longo período de tempo.

Posto isto, a D. Leonilde ficou ao cuidado dos seus 2 filhos Isabel e Pedro, que estão constantemente em conflito com a sua irmã Marisa pelo facto dela não criar condições para tomar conta da mãe. Segundo eles, não é justo que o cuidado da mãe fique apenas à sua responsabilidade quando existem mais irmãos que poderiam desempenhar esse papel. Tendo em conta que estes dois filhos não querem cuidar da sua mãe por um longo período de tempo, a D. Leonilde fica uma semana em casa de cada filho e fica aos cuidados de uma instituição durante o dia para que ambos possam continuar a trabalhar. A condição de dependência da D. Leonilde, acrescida ao facto de uma das filhas não querer cuidar dela e dos restantes não quererem desempenhar esse papel por um longo período de tempo, faz com que esta idosa se sinta um fardo para a sua família. Apesar de ter tido um AVC esta senhora continua com as suas capacidades cognitivas intactas, o que lhe permite estar consciente da sua situação e consequentemente ter dificuldade em aceita-la.

Anexo XXIV

Apresentação do *Genograma* à técnica das valências da 3ª idade

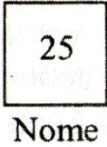
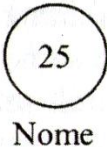
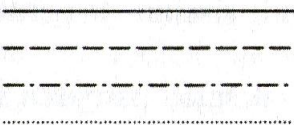
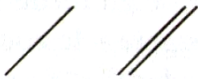

Apresentação do instrumento



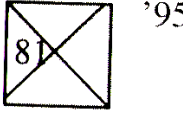
O *genograma* (Cardinali, 2003), é um desenho que representa um conjunto de pessoas entre o qual existe uma relação e que pertence à mesma história familiar. Este instrumento é um diagrama das relações familiares que compreende pelo menos três gerações (avós, pais e filhos) com um grau de parentesco e os eventos críticos como nascimentos, mortes, matrimónios, divórcios ou outro eventual problema de pertença terapêutica emergente ao longo das gerações. O *genograma* é uma forma de representação da árvore genealógica que regista informações sobre os membros de uma família e sobre a sua relação no decorrer de pelo menos três gerações. Este instrumento coloca graficamente em evidência a informação da família, de modo a oferecer uma rápida visualização dos complexos padrões familiares (Cardinali, 2003).






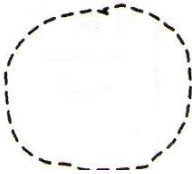
Instruções

No *genograma* são então representados, as pessoas (com as datas identificativas essenciais: nome, idade e género), os *laços relacionais* que as une e as *gerações* a que pertencem. Para representar graficamente a história familiar, serão utilizados uma folha em branco, dividida com três linhas tracejadas (intituladas *laços intergeracionais*) para delimitar o espaço geracional e um lápis para permitir acrescentar informação na representação gráfica ou alterar a existente. Convém referir ainda que quando se representa o casal, o homem é sempre o primeiro elemento a ser desenhado, assim como quando se representa os filhos, estes devem estar colocados por ordem cronológica (do mais velho para o mais novo) independentemente do género. É muito importante que a colocação dos filhos respeite esta regra porque a ordem pela qual estes nasceram influencia significativamente a relação parental e filial. Convém ainda solicitar ao utente que coloque a data (mês e ano) no *genograma* que desenhara pois é fundamental que esta esteja presente de forma a indicar a situação familiar vivida no momento da representação gráfica.

Quadro sintético dos símbolos utilizados na construção do genograma

As pessoas	
	<p>Masculino</p> <p>(O número colocado no centro representa a idade e por baixo do quadrado coloca-se o nome da pessoa)</p>
	<p>Feminino</p> <p>(O número colocado no centro representa a idade e por baixo do quadrado coloca-se o nome da pessoa)</p>
Os laços	
<p>São representados 3 laços no <i>genograma</i>: o 1º e o 2º são laços <i>intrageneracionais</i> e o 3º é um laço <i>intergeracional</i>.</p>	
<p>1º</p> 	<p>O 1º laço pertence ao casal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - matrimónio (línea contínua); - noivado (línea tracejada); - união de facto/coabitação (linha tracejada e pontuada); - relação significativa (línea pontuada)
	<p>Ainda ao nível do casal, acrescenta-se um símbolo que indica uma eventual separação ou divórcio:</p> <ul style="list-style-type: none"> - separação (linha singular); - divórcio (linha dupla)
<p>2º</p> 	<p>Laço que pertence à geração dos irmãos (duas linhas oblíquas representam gémeos)</p>

	<p>Laço intergeracional (entre pais e filhos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - a linha contínua indica o laço biológico; - a linha tracejada indica o laço adotivo; - a linha pontilhada representa o laço de família de acolhimento.
Os limites intergeracionais	
	<p>Esta linha delimita os espaços <i>geracionais- subsistemas</i> (é oportuno desenhá-las com cores diferentes de forma a conseguir diferenciá-las das linhas que representam os <i>laços intergeracionais</i>)</p>
Outros símbolos	
<p>*</p>	<p>Indica o “paciente identificado” (a pessoa ou relação na qual se concentra o problema)</p>
<p>○</p>	<p>Este círculo no interior do símbolo representativo da pessoa, indica quem fez o 1º pedido de ajuda</p>
	<p>A cruz sobre o quadrado ou o círculo representa que a pessoa faleceu; o número no canto indica o ano da morte e o número no interior do símbolo representa a idade que a pessoa tinha quando faleceu (ex: o homem faleceu com 81 anos em 1995)</p>

	Gravidez: o número no interior do símbolo representa os meses de gravidez
	Aborto espontâneo (o número no interior do símbolo representa os meses de gravidez)
	Interrupção voluntária da gravidez
	Um quadrado pequenino com uma cruz transversal representa um filho nado morto
	Um círculo pequenino com uma cruz transversal indica uma filha nado morto
	Uma linha curva tracejada (é oportuno utilizar um lápis de cor para representa-la) engloba no seu interior todas as pessoas que vivem juntas.

Interpretação do genograma

1. O espaço para as gerações

A pertença a uma geração não se vê no número de anos das pessoas mas na função que esta desempenha no sistema familiar. Na avaliação do *genograma* é importante prestar atenção à geração de pertença dos elementos desenhados pois é esta que define as suas tarefas, os seus direitos e os seus deveres. Por outras palavras, é a geração na qual está incluído determinado elemento da família que define o seu papel no sistema familiar.

2. A data

É importante prestar atenção às datas referidas no *genograma* uma vez que estas representam momentos significativos nomeadamente mortes, nascimentos, noivados, casamentos e eventuais separações ou divórcios.

3. Elementos da família que vivem juntos

Os elementos que vivem juntos é um dado significativo na história da pessoa, da família e na relação entre estes. É importante perceber “quem vive com quem”. Para representar esta indicação no *genograma*, apenas se coloca uma linha curva tracejada quando algum elemento da família de origem de um dos cônjuges vive com a família nuclear. Caso cada família (nuclear, de origem e alargada) viva na sua casa, não se coloca nenhuma indicação uma vez que as linhas tracejadas que separam a folha já transmitem essa informação. Poderá ainda ser indicado o número de anos em que a família vive junta ou o ano em que tiver iniciado o período de convivência.

4. Aumentar detalhes e vice-versa

Ao longo da intervenção poderemos sentir a necessidade de nos focarmos numa situação particular do *genograma*. Por exemplo, podemos sentir a necessidade de nos focarmos numa relação de casal (para explorar a relação de casal que a mulher esta a vivenciar, será necessário conhecer a situação familiar e relacional do seu marido). No fundo, o que se pretende é “ampliar/alargar um determinado detalhe” de forma a explorar situações e relações que não estavam presentes no *genograma* inicial.

5. Representar os laços: os eixos relacionais

A avaliação dos subsistemas (conjugal, parental e filial) representados no *genograma* é muito importante uma vez que nos indicam o tipo de comunicação existente no sistema familiar.

6. Alguns exemplos de genogramas

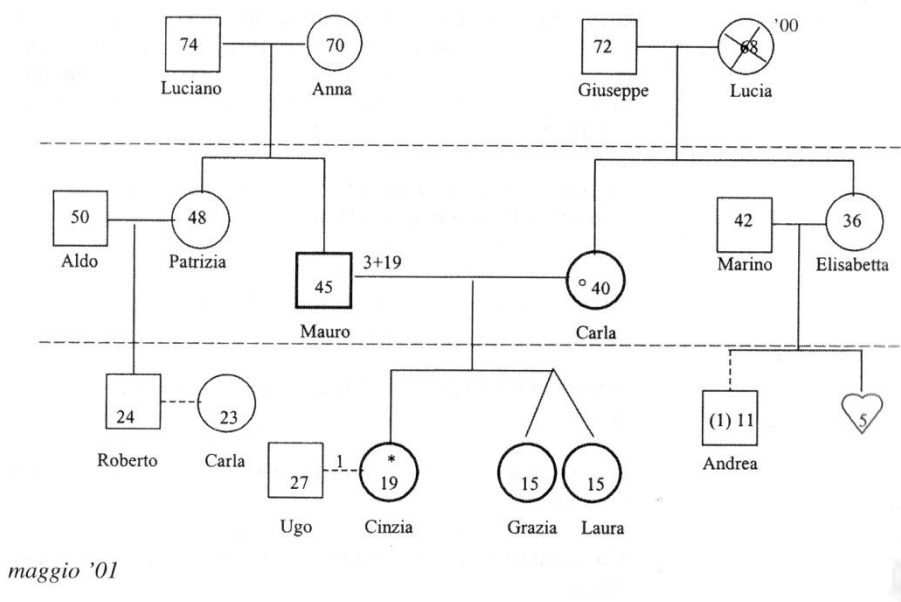


Fig. 1- Exemplo de um genograma em que estão representadas três gerações.

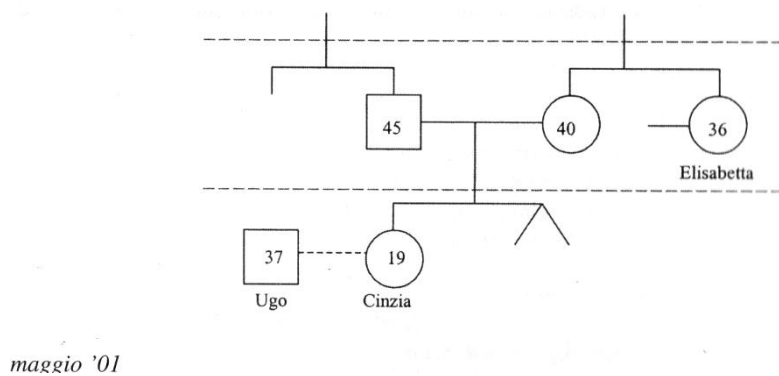


Fig. 2- Representação das gerações.

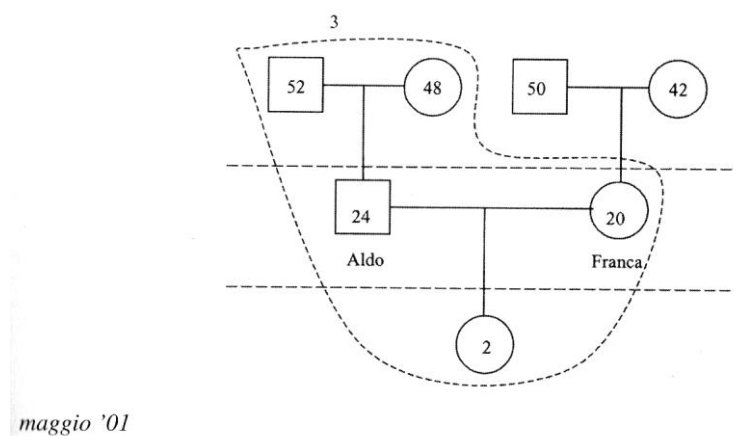


Fig. 3- Representação dos elementos que vivem na mesma casa.

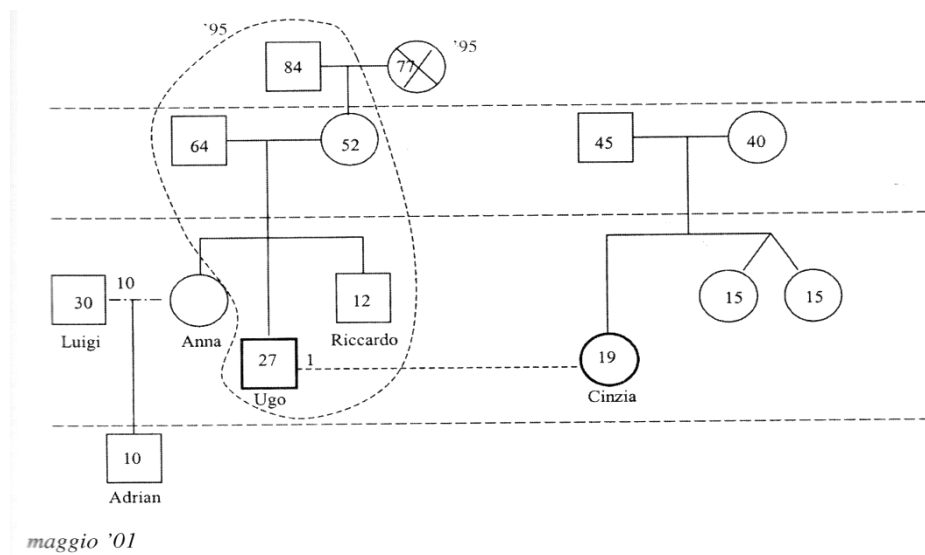


Fig. 4- Ampliação de um detalhe que não estava presente no *genograma* inicial.

Anexo XXV

Descrição das sessões do programa de intervenção em grupo

Sessão I

Objetivos:

- ✓ Clarificar os objetivos do programa;
- ✓ Estabelecer regras de convivência dentro do grupo;
- ✓ Explorar a relação dom/débito entre os idosos e os seus familiares.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: PowerPoint (Anexo I) e grelha de observação (Anexo II).

Atividade: “ouvir e falar” e debate.

Descrição da sessão:

Deu-se início a esta sessão com a apresentação de um breve PowerPoint, no qual constam o que é um programa de intervenção, os seus objetivos e em que contexto surgiu.

De seguida, iniciou-se a dinâmica “ouvir e falar”, que consistiu em pedir a cada elemento do grupo para dizer como se sente por estar naquele grupo e o que mudaria no mesmo. Pretendeu-se com esta atividade, que o público-alvo compreendesse que é importante ouvir o outro atentamente e que se respeitem mutuamente para o bom funcionamento do grupo. Após cada participante partilhar como se sente no grupo, foi levantado o debate junto dos idosos através das seguintes questões: “Açam que é importante ouvir os outros com atenção?”; “ Gostam de ser interrompidos por outra pessoa quando estão a falar?”; “ Quando estamos em grupo, acham que faz sentido respeitar regras?” e “Na vossa opinião, que regras devem ser cumpridas?”.

Depois desta breve apresentação, deu-se início ao debate através do qual se pretendeu explorar a relação dom/débito entre os idosos e os seus familiares, colocando a seguinte questão aos participantes: “O que acham que deram aos vossos familiares e o que acham que recebem dos mesmos?”. Pretendeu-se com esta atividade, verificar o modo como tem sido transmitido o dom entre os idosos e os seus familiares ou as possíveis situações que têm afetado esta transmissão, com o intuito de compreender os motivos pelos quais estes não estão a receber o que esperariam na última fase das suas vidas. Posto isto, foi transmitido aos idosos com base na teoria da troca simbólica do dom/débito de Scabini e Cigoli (2000), o que poderá estar na origem desta falta de retribuição. De forma a orientar o debate e avaliar a aquisição dos temas abordados por parte do público-alvo, foi ainda criada uma grelha de observação.

Para finalizar a sessão, foi perguntado aos idosos como se sentiram durante a sessão, como foi para eles conversar sobre este tema, se sentiram alguma dificuldade e ainda se gostariam de acrescentar alguma coisa. Com o intuito de consolidar esta sessão com a sessão seguinte, foi ainda transmitido aos idosos os conteúdos abordados na sessão seguinte. No caso dos idosos se emocionarem e apresentarem algum tipo de descompensação pelo facto do tema abordado durante o debate ser delicado, foi planeada uma sessão de relaxamento para ser realizada durante a finalização da sessão. Esta consistia em pedir aos participantes que se sentassem numa posição relaxada, nomeadamente com a cabeça inclinada para a frente, as pernas ligeiramente afastadas, braços e mãos apoiados sobre as pernas. Foi-lhes ainda transmitido que podiam fechar os olhos se assim o desejassem e dar-se-á início ao relaxamento, dando as seguintes indicações aos utentes: “Inspirem profundamente e deem para fora todo o ar. Tentem não pensar em nada e centrar a vossa atenção em cada músculo do vosso corpo... estão a relaxar. Visualizem os músculos do pescoço, dos ombros e deixem-se levar. Relaxem os braços, as mãos, visualizem os músculos do peito e da barriga... estão a relaxar. Tentem sentir todos os músculos do corpo completamente relaxados. Respirem e expirem regularmente. Sempre que nós expulsamos o ar, libertamos a nossa tensão. Sempre que expulsarem o ar repitam a palavra “calma””. Antes de terminar a sessão de relaxamento foram ainda concedidos alguns minutos ao público-alvo para que eles pudessem relaxar.

Sessão II

Objetivo:

- ✓ Promover a resiliência através da perseverança.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: história, esponja, pedra, recipiente com água e outro com terra curta-metragem e grelha de observação.

Descrição da sessão:

Com o intuito de consolidar a presente sessão com a anterior, foram revistos os conteúdos abordados na mesma. Tendo em conta que o processo de envelhecimento afeta a memória dos idosos (Papalia & Olds, 2000) e os utentes do centro de dia já sentem alguma dificuldade a este nível, foi-lhes narrada uma história que retrata uma relação de dom/débito disfuncional entre pai e filhos. Pretendeu-se com esta narrativa que os idosos não só se lembrassem do tema abordado (troca simbólica dom/débito) na sessão anterior, como refletissem sobre o mesmo. Para suscitar o debate junto do público-alvo, foram colocadas algumas das seguintes questões: “ Que mensagem vos transmite esta história?”; “ Na vossa opinião, por que motivos é que estes filhos não quererão saber deste pai?”; “ O que acham que é preciso dar aos vossos familiares para eles vos ajudarem quando precisam?”; “Pensaram em casa no que falamos no último encontro?” e “Falaram sobre isso com as vossas famílias?”.

De forma a trabalhar o objetivo estipulado para esta sessão, esta foi dividida em duas partes. Numa primeira fase, foi explicado aos idosos em que consiste o conceito de resiliência, com o auxílio de uma esponja que será amassada, à qual será dada murros coberta com terra e num outro momento com água. A utilização de uma esponja na primeira atividade serviu para ilustrar o conceito de resiliência ao público-alvo e consequentemente explorar junto do mesmo o que esta significou nas suas vidas. Para atingir este objetivo, foi suscitado o debate junto dos idosos através da colocação de algumas questões (“Como lidaram com o processo de envelhecimento? Adotaram alguma estratégia para se tornar mais fortes perante o mesmo? De que forma é que estas estratégias os ajudou? Se não tivessem recorrido às mesmas, acham que teriam lidado da mesma forma com o processo de envelhecimento?) com o intuito de compreender se utilizaram estratégias para se tornarem resilientes e de que forma estas os ajudaram

nesta última fase do seu ciclo desenvolvimental. De forma a orientar esta reflexão e avaliar a aquisição deste conceito por parte do público-alvo, foi criada uma grelha de observação.

Na segunda parte desta sessão, foi explorada a dimensão da perseverança através de um pequeno vídeo que retratava a história de 5 amigos com idade média de 81 anos e com problemas de saúde, que se reuniram após a morte de um sexto amigo, para mudar a vida que levavam até então. Com o intuito de reviver uma aventura do passado, de recuperar os sonhos perdidos e encontrar um novo sentido para as suas vidas, decidem recuperar as suas motos, fazem 6 meses de preparação física e aventuram-se numa viagem de moto de 13 dias percorrendo 1.139 km para atravessar o país de norte a sul. A visualização do mesmo constituiu um ponto de partida para posteriormente explorar junto dos idosos através da colocação de algumas questões (“o que acharam do vídeo?”; “Têm algum sonho que gostariam de realizar?”; “Gostavam de fazer aquilo que as personagens do filme fizeram?”), o conceito de perseverança, de que forma é que esta pode estar presente nesta última fase das suas vidas (através da realização de um sonho antigo, por exemplo como ilustrado pelo vídeo) e o quão importante ela é neste momento para os idosos.

Para finalizar a sessão, foi realizada uma síntese dos conteúdos explorados ao longo da mesma com o intuito de sensibilizar os idosos para a importância da presença da perseverança no enfrentar do processo de envelhecimento.

Sessão III

Objetivo:

- ✓ Promover a resiliência através do otimismo.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: Jogo “Negativo? Positivo!”.

Descrição da sessão:

Com o intuito de rever os conteúdos abordados na sessão anterior foi colocada a seguinte frase no quadro: “Nunca devemos desistir dos nossos sonhos” e colocadas as seguintes questões ao público-alvo: “Que mensagem vos transmite esta frase?”; “Concordam com esta afirmação? Porquê?”; “Acham que sonhar é positivo para a nossa vida?” e “Acham que o facto de querermos realizar um sonho, nos torna mais fortes? Porquê?”. Pretende-se através desta frase, ajudar os idosos a recordar os temas abordados na sessão anterior, bem como explora-los um pouco mais através da colocação das questões acima referidas.

Depois da revisão da sessão anterior, foi dado início a atividade “Negativo? Positivo!”, transmitindo aos idosos que esta consiste em substituir pensamentos negativos por pensamentos positivos e vice-versa. De seguida, começou-se por uma ponta do grupo e pediu-se a essa pessoa para dizer um acontecimento negativo, solicitando ao colega do lado que dissesse um acontecimento positivo sobre o referido acontecimento, e, assim, consecutivamente para todos os membros do grupo. Depois de todos os elementos terem dito um pensamento positivo ou negativo, foram-lhes colocadas as seguintes questões: “Tendem a pensar positiva ou negativamente sobre os acontecimentos?”, “Até que ponto os vossos pensamentos sobre os acontecimentos afetam a maneira como se sentem?”. Pretende-se com estas questões, compreender de que forma é que os idosos se posicionam perante os acontecimentos que vão surgindo nas suas vidas, bem como consciencializa-los para a influência que esta exerce sobre a forma como se sentem.

Por último, foi solicitado aos idosos que realizassem o mesmo exercício mas desta vez relacionando os acontecimentos com o processo de envelhecimento. Pretendeu-se com este jogo sensibilizar os idosos para a importância que o pensamento otimista pode ter nesta última fase do seu ciclo desenvolvimental.

Sessão IV

Objetivo:

- ✓ Promover a resiliência através da aquisição de interesses especiais.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: Jogo “Gosto de...”

Descrição da sessão:

Para consolidar a presente sessão com a anterior, foi colocada a seguinte frase no quadro da sala onde decorreu a sessão: “Se eu pensar de forma positiva, isso ajudar-me-á a ter uma vida melhor”. De seguida será levantado o debate junto dos idosos através das seguintes questões: “ Que mensagem vos transmite esta frase?”; “ Por que motivos, o facto de pensar positivo vos ajudará a ter uma vida melhor?”; “ É importante pensar positivo nesta última fase das vossas vidas?” e “ O que vos poderá levar a pensar positivo nesta última etapa do ciclo desenvolvimental?”. Pretendeu-se a partir desta frase, ajudar os idosos a recordar os temas abordados na sessão anterior, bem como explora-los um pouco mais através da colocação das questões referidas anteriormente.

De seguida, deu-se início ao jogo “Gosto de...” que consiste em questionar os idosos sobre os seus tempos livres, dizendo: “ O que mais gostam de fazer?”; “ Que atividades fazem ou gostariam de fazer, que vos dão prazer e vos distraem?” e “Acham que é importante continuar a fazer aquilo de que gostam nesta fase das vossas vidas? Por que motivo?”. A realização desta dinâmica teve como intuito levantar o debate junto dos idosos, de forma a refletir sobre o que estes gostam de fazer e sobre o quão importante isso é nesta etapa das suas vidas. Atendendo as poucas atividades existentes no centro de dia e ao facto dos idosos não serem sempre questionados sobre o que pretendem fazer, esta dinâmica também constituiu uma forma de identificar necessidades que futuramente poderá servir para organizar um programa de atividades que atenda às características e idiossincrasias do grupo.

Para mostrar aos idosos a importância da aquisição de interesses especiais durante o processo de envelhecimento, estes visualizaram um pequeno vídeo no qual um casal de idosos pratica a sua grande paixão, a dança. Pretendeu-se através deste vídeo demonstrar ao público-alvo que é possível continuar a fazer aquilo de que se gosta na terceira idade e o quão importante isso é nesta etapa das suas vidas, nomeadamente para se sentir útil, bem consigo mesmo, aumentar a autoestima etc. Convém porém salientar, que nem todos os idosos são tão autónomos quanto o casal representado no vídeo, e por esse motivo, também foi transmitido aos idosos que devem procurar continuar a fazer atividades divertidas e que lhes deem prazer de acordo com as suas limitações.

Para finalizar a sessão foram colocadas as seguintes questões: “o que acharam do vídeo?”; “ Como se sentiram nesta sessão?”, “Gostariam de acrescentar alguma coisa?” e “Têm alguma dúvida que gostariam de esclarecer?”.

Sessão V

Objetivo:

- ✓ Promover a resiliência através da motivação;

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: jogo de Boccia.

Descrição da sessão:

Com o intuito de rever os conteúdos abordados na sessão anterior foi colocada a seguinte frase no quadro “ É importante continuar a fazer aquilo de que se gosta na 3^a idade” e colocadas as seguintes questões aos idosos: “ Por que motivo será importante continuar a fazer aquilo de que se gosta na 3^a idade?”; “Com quem costumam fazer as atividades de que gostam? Com a vossa família? Com os amigos?” e “De que forma é que isso vos pode ajudar com o processo de envelhecimento?”. Pretendeu-se a partir desta frase, ajudar os idosos a recordar os temas abordados na sessão anterior, bem como explora-los de outra forma através das questões que serão colocadas.

Depois da revisão da sessão anterior, foi realizado um debate, através da colocação de algumas questões (“O que representa o Boccia para vocês? De que forma vos ajuda a lidar com o envelhecimento?) sobre uma prática desportiva tradicional no centro de dia que motiva os idosos: o Boccia. Esta dinâmica teve como intuito compreender o que representa este desporto para os participantes e sensibilizá-los para o facto do interesse pelas pessoas, atividades lúdicas/desportivas ou outros elementos ser um fator de motivação que ajuda as pessoas a sentirem-se bem. Esta dinâmica permitiu ainda transmitir aos idosos que o cultivo por estes interesses é importante durante todas as fases do ciclo desenvolvimental, inclusive durante o envelhecimento. Recorreu-se à utilização desta modalidade desportiva uma vez que o Boccia representa uma fonte de

motivação para os idosos do centro de dia, chegando a envolver utentes que raramente ou nunca participam em outras atividades.

O fato de ser um desporto que tem vindo a ser adaptado à 3ª idade, motiva os idosos, pois estes percebem-no como algo também pensado para eles, embora fosse inicialmente direcionado para pessoas portadoras de paralisia cerebral. Acrescesse-se ainda como condição de motivação pelo seu teor competitivo, o facto deste se inserir no campeonato sénior, que se realiza entre instituições do concelho de Barcelos.

Para finalizar a sessão, foram colocadas as seguintes questões aos idosos: “Como se sentiram a conversar sobre este assunto?”, “Alguma vez tinham pensado que o jogo de Boccia poderia ser uma fonte de motivação para vocês?”, e “Gostariam de acrescentar alguma coisa?”.

Sessão VI

Objetivo:

- ✓ Promover a resiliência através da aquisição de novas aprendizagens.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: abajures velhos; tecidos, tesouras, cola, lã, tinta acrílica e pincéis.

Descrição da sessão:

Com o intuito de rever os conteúdos abordados na sessão anterior, foram apresentadas imagens com várias modalidades desportivas ao público-alvo. Pretendeu-se através destas imagens que eles possam recordar o tema abordado na sessão IV, para posteriormente lhes ser colocadas as seguintes questões: “O que representa o Boccia para vocês?”; “De que forma vos ajuda a lidar com o envelhecimento?”; “Que outras atividades vos motivam?” e “Com quem costumam fazer essas atividades?”.

Depois da revisão da sessão anterior, deu-se início à realização de uma atividade que os idosos desconhecem: transformar abajures velhos em candeeiros novos. Esta consiste em decorar abajures velhos com o auxílio de tecidos, lã, tinta acrílica e outros materiais, para personaliza-los de acordo com os seus gostos. Uma vez que longo do estágio foram realizadas várias atividades/trabalhos manuais através dos quais se percebeu o gosto dos idosos por estas atividades, esta foi a tarefa escolhida para alcançar o objetivo da sessão. A possibilidade de poder criar um objeto com base nos seus gostos e na sua imaginação, fazem com eles apreciem bastante este tipo de atividades. Pediu-se então, ao público-alvo que desempenhasse esta tarefa durante cerca de 15 minutos para de seguida refletirmos em conjunto sobre a mesma. Para levantar o debate junto dos idosos foram colocadas as seguintes questões: “Como se sentem ao desempenhar esta atividade?”; “Alguma vez pensaram que aprenderiam coisas novas nesta fase das vossas vidas?”; “É importante para vocês adquirir novas aprendizagens?”; “Em que medida é que estas vos ajudam a lidar com o processo de envelhecimento?”. Pretende-se através da colocação destas questões mostrar aos idosos que é possível adquirir novas aprendizagens na 3ª idade, contrariamente ao que eles acreditavam antes de fazer este tipo de tapetes, bem como sensibiliza-los para o quão importante estas são durante o processo de envelhecimento.

Para finalizar a sessão, foi perguntado aos idosos se o estereótipo “Nunca é tarde para aprender” é verdade ou mentira, com o intuito de verificar se esta sessão serviu para desmitificar este mito associado ao envelhecimento. Foram ainda colocadas algumas questões aos idosos para refletir sobre a nova atividade que aprenderam: “Gostaram da atividade?”; “O que acharam da idéia de transformar candeeiros velhos em novos?” e “ Alguma vez tinham pensado que é possível transformar objetos que muitas vezes já não usamos em objetos novos?”.

Sessão VII

Objetivo:

- ✓ Promover a resiliência através da atribuição de um sentido para as suas vidas.

Duração: 60 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: imagens e Conto popular.

Descrição da sessão:

Com o intuito de rever os conteúdos abordados na sessão anterior, foram apresentadas imagens com várias modalidades desportivas ao público-alvo. Pretendeu-se através destas imagens que eles possam recordar o tema abordado na sessão VI, para posteriormente lhes ser colocadas as seguintes questões: “ O que representa o Boccia para vocês?”; “ De que forma vos ajuda a lidar com o envelhecimento?”; “ Que outras atividades vos motivam?” e “Com quem costumam fazer essas atividades?”.

De forma a consolidar a presente sessão com a anterior, foi colocada a seguinte frase no quadro “Na velhice, é importante que a vida tenha um sentido” e colocadas as seguintes questões ao público-alvo: “ Que mensagem vos transmite esta frase?”; “ Por que motivo (s) será importante que a vossa vida tenha sentido?”; “ Ensinares aos outros aquilo que sabem, faz-vos querer continuar a viver?”; “ Ver os vossos netos, bisnetos ou sobrinhos netos crescer é um motivo para continuarem a viver?” e “ O que mais vos faz querer continuar a viver?”. Pretende-se com esta frase que os idosos se recordem do tema abordado na sessão anterior, bem como explorar um pouco mais este conceito através das questões que serão colocadas.

De seguida, deu-se início à leitura do seguinte conto popular. No final da leitura do mesmo, as seguintes questões foram alvo de reflexão: “Na vossa opinião, a vida deste senhor tinha sentido antes da morte vir ao seu encontro?”; “ E depois deste encontro, acham que a sua vida passou a ter um sentido?”; “Que lição retiram desta história?”. A colocação destas questões teve como intuito compreender a opinião dos idosos face a este tema e consequentemente sensibiliza-los para a importância que a atribuição de um sentido para as suas vidas pode ter nesta fase do seu ciclo desenvolvimental. Caso não consigam responder a estas questões, a história poderá ser lida uma segunda vez, para que possam analisa-la com base nas questões que foram colocadas anteriormente.

A leitura deste conto popular serviu para ilustrar e consequentemente debater com os idosos, o facto dos mesmos tenderem a lamentar-se das suas vidas, considerando muitas vezes que esta já não faz sentido, quando na verdade lhes falta encontrar razões/motivos para desejar continuar a viver.

Para finalizar a sessão, foi estabelecida a ponte entre a história retrata no conto popular e a vida dos idosos através das seguintes questões: “Identificaram-se com esta história?”; “Se sim, porquê?”; “O que vos faz querer continuar a viver neste momento?”; “Acham que sem esses motivos, a vossa vida não teria tanto sentido?”. Pretende-se através deste exercício de comparação, sensibilizar os idosos para a importância de ter um sentido para as suas vidas nesta etapa do seu ciclo desenvolvimental, pois este poderá ajuda-los a adequar a sua existência, modificar relações, enfrentar adversidades e até de reconstruir a sua escala de valores incorporando novas crenças, objetivos e metas.

Sessão VIII

Objetivo:

- ✓ Promover a resiliência através da fé e espiritualidade.

Duração: 90 minutos.

Procedimentos:

Local: sala de Atividades dos Tempos Livres (ATL).

Materiais utilizados: imagens de vários objetos, dinâmica “ A palavra de Deus em nossas vidas”, para a qual é necessário, um recipiente com água, uma bola de isopor, um giz e uma esponja e PowerPoint.

Descrição da sessão:

De forma a rever os conteúdos abordados na sessão anterior, foram apresentadas imagens de vários objetos aos idosos. Pretendeu-se através das mesmas que os idosos se recordassem do tema abordados na sessão anterior, para posteriormente lançar o debate junto dos mesmos, colocando-lhes as seguintes questões: “Por que motivos estivemos a fazer os candeeiros?”; “Como se sentiram ao fazê-lo?”; “ Gostam de aprender coisas novas?”; “ Gostam de ensinar aquilo que sabem fazer a outras pessoas?” e “ Conversaram com outras pessoas sobre o que aprenderam de novo?”.

De seguida, deu-se início a atividade “ A palavra de Deus em nossas vidas” que consiste em atribuir um objeto (giz, bola de isopor, esponja e recipiente) a cada participante, para posteriormente coloca-los no recipiente com água e observar a forma

como cada um absorve ou não o líquido. Este jogo foi implementado da seguinte forma: Foi dada a indicação aos idosos de que a água representa a palavra de Deus e os objetos nos representam a nós; Foi dado um objeto a cada elemento do grupo e será colocada a bola de isopor no recipiente com água. Depois de se observar que a bola de isopor não se afunda no recipiente nem absorve a água, a seguinte questão foi alvo de reflexão: “Como absorvemos a palavra de Deus? Somos também impermeáveis?”. Após o grupo ter refletido sobre esta questão deu-se continuidade ao jogo, mergulhando-se o giz na água. Como o giz retém a água só para si, sem repartir com o recipiente no qual esta se encontra que nos representa, será colocada a seguinte questão aos idosos para ser alvo de reflexão: “E nós?”. Depois do grupo ter respondido a esta questão, termina-se o jogo colocando novamente água no recipiente, mergulhando a esponja no mesmo e espremendo a água. Como a esponja absorve bem a água e mesmo depois de espremida continua molhada, coloca-se a seguinte questão aos idosos:” Olhando para a forma como estes três objetos reagiram em contacto com a água, qual delas acham que representa a palavra de Deus nas nossas vidas?”.

Pretendeu-se através desta dinâmica sensibilizar os idosos para o modo como a palavra de Deus está presente nas nossas vidas, isto é, que ela não está ausente (como foi ilustrado através da bola de isopor), que não está somente presente na vida de algumas pessoas (como foi ilustrado pelo giz) mas sim que está presente na vida de todos nós. Pretende-se ainda, que esta atividade sirva como ponto de partida para compreender a importância que a palavra de Deus tem na vida destes idosos e de que forma os tem ajudado a lidar com o processo de envelhecimento, nomeadamente se tem fornecido aos idosos um sentimento de continuidade numa fase das suas vidas feita de mudanças rápidas e perdas abruptas; se tem sido uma fonte de intimidade e pertença, se têm sentido a mesma como um amparo e uma fonte de apoio; se tem permitido afirmar o sentido, e de certa forma a dimensão sagrada, da vida individual do sujeito numa altura de mudanças e perdas sociais, físicas e psicológicas e se os têm ajudado na proximidade da morte.

Para finalizar a sessão, foram colocadas as seguintes questões aos idosos: “Como se sentiram a conversar sobre este assunto?”; “É importante para vocês conversar sobre esta dimensão?” e “Gostariam de acrescentar alguma coisa?”.

Por último, foi realizada a conclusão do programa de intervenção fazendo um resumo dos conteúdos que foram abordados ao longo do mesmo, com o auxílio de um PowerPoint. Com o intuito de refletir sobre a implementação do programa poderão ser

colocadas as seguintes questões aos idosos: “ Os temas abordados durante o programa foram pertinentes?”; “ Acham que este programa de intervenção vos ajudará a lidar com o processo de envelhecimento?”; “ Do que mais gostaram no programa?”; “ Mudariam alguma coisa no mesmo?”, “O quê?”.

Antes de dar o programa por terminado, foi ainda agradecida a presença e colaboração de todos os participantes.

Anexo XXVI

PowerPoint apresentado no início do programa de intervenção em grupo



Programa de intervenção em grupo

● O que é?

Representa vários encontros (neste caso concreto, serão 8), durante os quais iremos falar de temas diferentes e tem como objectivo ajudar-vos a compreender esta última fase da vossa vida nomeadamente, perceber porquê que ela não está

Programa de intervenção em grupo

a corresponder àquilo que desejariam que ela fosse e ainda, ajudar-vos a encontrar estratégias para se tornarem mais fortes perante o processo de envelhecimento.

Programa de intervenção em grupo

● Objectivos gerais:

- Ajudar-vos a reflectir sobre a vossa história;*
- Ajudar-vos a reconciliarem-se com a vossa história de vida;*
- Ajudar-vos a tornarem-se mais fortes perante esta última fase das vossas vidas.*

Programa de intervenção em grupo

● *Objectivos específicos:*

- *Explorar a relação dom/débito entre vocês e os vossos familiares;*
- *Tornarem-se mais fortes sendo persistentes (não desistir dos vossos sonhos);*
- *Tornarem-se mais forte sendo optimistas (pensando positivo);*

Programa de intervenção em grupo

● *Objectivos específicos:*

- *Tornarem-se mais fortes continuando a fazer o que gostam;*
- *Tornarem-se mais fortes fazendo coisas que os motivem;*
- *Tornarem-se mais forte dando um sentido às vossas vidas (uma razão pela qual queiram continuar viver);*

Programa de intervenção em grupo

Objectivos específicos:

- *Tornarem-se mais fortes aprendendo a fazer coisas novas;*
- *Tornarem-se mais fortes utilizando a fé e a espiritualidade.*

Programa de intervenção em grupo

- *Em que contexto surgiu?*

Nos primeiros meses de estágio (Setembro a Dezembro), o meu papel nesta instituição consistiu em observar o funcionamento do centro de dia, incluindo vocês, as auxiliares, etc. Depois de ver como funcionam as coisas e de vos conhecer melhor, o meu papel aqui passa por vos ajudar naquilo em que precisam de ajuda.

Programa de intervenção em grupo

- *Em que precisam de ajuda?*

Foi possível perceber que para alguns de vocês, esta fase da vossa vida não está a corresponder àquilo que desejariam, uma vez que não têm recebido os cuidados de que gostariam por parte dos vossos familiares e ainda, que sentem dificuldades em lidar com o processo de envelhecimento.

Programa de intervenção em grupo

- *Tendo isto em consideração, organizei estes encontros para vos ajudar não só a perceber porquê que não estão a receber os cuidados que esperariam por parte dos vossos familiares, como para vos ajudar a ultrapassar as vossas dificuldades perante o processo de envelhecimento.*

Anexo XXVII

Grelha de observação do debate da 1ª sessão

Conteúdos abordados no debate	
Abordagens da teoria da troca simbólica dom/débito	Características destas abordagens
Abordagem sociológica e psicossocial	<ul style="list-style-type: none">• As relações entre os membros da família são estabelecidas com base na procura de recompensas afetivas ou económicas (Exemplo 1: um filho cuida de um pai que se encontra num estado de dependência, porque este lhe deu todos os seus bens; Exemplo 2: uma irmã aceita cuidar da outra mas espera obter algo em troca a nível emocional: carinho, atenção etc);• A união da família é assegurada pelo cálculo, ainda que inconsciente, entre custos e benefícios (quando um membro da família dá algo a outro elemento, espera alguma coisa em troca; não dá apenas por dar);• Baseia-se na “<i>reciprocidade a breve termo</i>” cuja balança

	<p>custos/benefícios deve equilibrar-se num curto espaço de tempo (os membros da família acreditam que o seu ato de dar será recompensado num curto espaço de tempo).</p>
<p>Abordagem psicodinâmica transgeracional</p>	<ul style="list-style-type: none"> • As relações familiares são motivadas pela necessidade de cumprir o próprio dever (Exemplo: os filhos cuidam dos seus pais porque acham que este é o seu dever); • Esta abordagem tem um olhar transgeracional sobre a dinâmica dom/débito, isto é, alarga a troca ao longo do tempo. • O intercâmbio pais/filhos deve ser lido com base no arco multigeracional, isto é, tem em conta exigências e direitos das gerações passadas e as consequências para as gerações futuras (o dom é transmitido entre as gerações pensando nas gerações futuras).
<p>Abordagem antropológica-etnológica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • o intercâmbio do dom movimenta-se entre o <i>dar</i>, o <i>receber</i> e o <i>retribuir</i>; • mas o impulso para retribuir não é motivado apenas pela

	<p>necessidade de pagar, uma dívida mas sim pelo desejo de devolver o quanto foi recebido, identificando-se com a origem do dom, isto é, dando por sua vez;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Torna-se portanto crucial o processo de identificação com as fontes de gratuidade e gratidão; • A gratuidade consiste em inserir uma componente de liberdade na obrigação/débito, componente que está sempre presente na pessoa que dá; • Esta não quer em primeiro lugar a retribuição, pelo contrário, quer que esta seja livre e portanto incerta. No dom, o laço social e por isso é considerado mais livre. (Exemplo: os filhos cuidam dos pais quando eles precisam porque antes disso, eles cuidaram dos filhos)
<p>Situações que podem prejudicar a transmissão do dom na 3ª idade</p>	<ul style="list-style-type: none"> • dar ou emprestar dinheiro; • transmitir heranças que criam situações conflituosas no seio da família, quando um/vários dos seus membros recebem mais do que outros; • um dos membros da família

	<p>se recusa a prestar ajuda a outro em consequência, por exemplo, de uma doença prolongada ou pelo contrário quando este rejeita essa mesma ajuda.</p>
<p>Motivos que prejudicam a transmissão do dom</p>	<ul style="list-style-type: none"> • os membros envolvidos na troca ou na transmissão do dom têm interpretações divergentes da mesma, isto é, para uns, trata-se claramente de dar; para outros é uma relação na qual o recetor do dom não se sente envolvido e por isso não se sente na obrigação de retribuir.

Anexo XXVIII

Grelha de observação do conceito de resiliência

Conteúdos abordados	
Conceito de resiliência	Definição do mesmo
	<ul style="list-style-type: none">• Capacidade de ultrapassar as crises, os traumas e os desafios da vida ficando mais forte e com ainda mais recursos (Walsh, 2004).• Representa a capacidade dos idosos funcionarem bem, investindo na própria saúde e na solução de problemas quotidianos e existenciais; ajudando a família e a comunidade, trabalhando para deixar um legado para as próximas gerações, mesmo na presença de eventos adversos tais como pobreza, doenças e eventos stressantes (Nery, 2007).

Anexo XXIX

Grelha de avaliação do conceito de resiliência

Aspetos avaliados relativamente ao público-alvo:	Sim	Não	Observações
O público-alvo prestou atenção aos aspetos abordados?			
Sentiram dificuldades em compreender a mensagem que a dinâmica da esponja transmitiu?			
Sentiram dificuldades em compreender o conceito de resiliência?			
Todos os elementos do grupo			

participaram ativamente?			
A dinâmica da esponja ajudou-os a perceber o conceito de resiliência?			
Aspetos avaliados relativamente à psicóloga:			
Os conteúdos foram transmitidos aos idosos de forma clara?			
O vocabulário utilizado foi adaptado às características do público- alvo?			
O discurso foi articulado e pausado?			

Anexo XXX

Vídeo utilizado na 2ª sessão

Link do vídeo: <http://www.youtube.com/watch?v=bdu2d5coyiM>

Anexo XXXI

Conto popular utilizado na 7ª sessão

“Era uma vez um velho, muito velho que vivia numa cabana no meio da floresta e que se queixava todos os dias da vida miserável que levava. “Meus Deus”- dizia – “leva-me para a outra vida que já não faço nada aqui na terra. Estou cheio de dores e não presto para nada”. Naquele dia, como sempre, saiu da sua cabana para ir apanhar gravetos para acender a lareira. Também, como sempre, ia andando e lamentando-se da sua vida e das suas dores. Enquanto se curvava para apanhar a lenha, queixava-se das costas e repetia: “Meus Deus, leva-me, que esta vida já não tem sentido”. Assim continuou a apanhar os paus ressequidos, com a cara franzida e maldizendo da sua existência e implorando que a morte chegasse. Até que, de repente, aparece a morte com as suas vestes negra que lhe pergunta, então, com um sorriso cínico e maléfico:

- “Desculpa. Velho, chamaste-me?”

- “Não!” – Gritou o velho assustado – “Não chamei! Não fui eu!”. Recomeçou a apanhar a lenha o mais rapidamente que podia.

- “Pareceu-me escutar que pedias para te levarem...”

- “Não, não chamei. Deves ter escutado mal – retorquiu o velho mentindo. - Falava apenas comigo sobre o agradável que é apanhar lenha na floresta...”.

Ao ver a morte ir-se embora, sorriu olhando em redor. Nunca a floresta lhe tinha parecido tão bela”.

Anexo XXXII

PowerPoint apresentado na conclusão do programa de intervenção em grupo

*PROGRAMA DE
INTERVENÇÃO EM GRUPO*

Síntese dos conteúdos abordados

Sessão I

- *Relação dom/débito entre os idosos e os seus familiares:*
 - *Abordagem sociológica e psicossocial;*
 - *Abordagem psicodinâmica transgeracional;*
 - *Abordagem antropológica-etnológica.*

Sessão I

- *Situações que podem prejudicar a transmissão do dom na 3ª idade;*
- *Motivos que prejudicam a transmissão do dom.*

Sessão II

- *Ser resiliente através da perseverança:*
 - *Resiliência:* Capacidade de ultrapassar as crises, os traumas e os desafios da vida ficando mais forte e com ainda mais recursos (Walsh, 2004).
 - *Perseverança:* capacidade de reunir esforços apesar das adversidades e descrever situações difíceis como experiências de aprendizagem necessárias, considerando-se a si mesma como alguém que não se deixa vencer (Segura & Negrini, 2004; Walsh, 2004).

Sessão III

□ ***Ser resiliente através do optimismo:***

- ▣ ***Optimismo:*** O optimismo representa a interiorização por parte dos indivíduos, da crença de que tudo irá correr bem apesar dos contratempos e das dificuldades, isto é ter uma visão positiva da crise ou momento difícil pelo qual se está a passar (Segura & Negrini, 2004; Walsh, 2004).

Sessão IV

□ ***Ser resiliente através da aquisição de interesses especiais:***

- ▣ O interesse representa a preferência que se manifesta através de actividades que a pessoa desempenha durante os seus tempos livres. O interesse pelas pessoas, coisas ou outros elementos reais, é um factor de motivação que ajuda as pessoas a sentirem-se bem. O cultivo por este interesse é importante durante todas as fases do ciclo vital assim como quando se tem de enfrentar situações adversas (Segura & Negrini, 2004).

Sessão V

□ **Ser resiliente através da motivação:**

- Os idosos com motivação elevada para alcançar o que gostariam, pensam que as suas acções têm valor, sabem que podem contribuir para a sua mudança e esforçam-se para alcançar os seus objectivos, o que lhes permite alcançar um sentido para a sua vida. Na velhice, a motivação para alcançar o que se deseja tem a mesma importância que nas restantes faixas etárias para fortalecer a resiliência apesar de não se saber quantos anos de vida se tem ainda para viver (Segura & Negrini, 2004).

Sessão VII

□ **Promover a resiliência através da aquisição de novas aprendizagens:**

- As pessoas idosas sentem-se motivadas para aprender sempre e quando essa aprendizagem satisfaz as suas necessidades ao nível das experiências e dos seus interesses. Muitos idosos continuam a aprender ao longo da sua vida, fazendo coisas por eles mesmos ou observando outras pessoas ou tomando-os como exemplos, fazendo o que eles fazem (Segura & Negrini, 2004).

Sessão VIII

□ Ser resiliente através da fé e espiritualidade:

- O sofrimento convida-nos a integrar-nos no âmbito espiritual. No enfrentar da adversidade, a religião e a espiritualidade oferecem-nos um consolo e um significado que está para além da nossa compreensão. A fé pessoal sustenta a crença de que podemos superar os nossos desafios, tornando-os menos traumáticos e desorientadores. As pessoas com fé e espiritualidade têm confiança, segurança e esperança dadas por convicções ou experiências subjectivas sejam elas religiosas ou não (Segura & Negrini, 2004; Walsh, 2004).*

Conclusão

- A realização deste programa de intervenção em grupo permite-nos concluir que é possível ser forte face ao processo de envelhecimento se adotarmos estratégias adequadas, como as que vimos ao longo das sessões.*

Anexo XXXIII

Descrição das sessões do programa intergeracional

Sessão 0

Objetivo:

- ✓ Desmistificar mitos e estereótipos associados à 3ª idade.

Procedimentos:

Duração: 60 minutos.

Local: sala do ATL.

Materiais utilizados: caixa de papel e cartões com os mitos/ estereótipos associados à 3ª idade.

Atividade: “Conhecer melhor a 3ª idade”

Descrição da sessão:

No início desta sessão, foram realizadas as apresentações do grupo, pedindo a cada elemento (idosos e crianças) que diga o seu nome, a sua idade e a freguesia onde reside. Após terem sido realizadas as apresentações, deu-se início à dinâmica de desmitificação de mitos e estereótipos associados ao envelhecimento. Para realizar esta dinâmica, foi pedido a cada menino/a que retirasse um cartão da caixa de papel e que o lesse em voz alta para que os idosos pudessem desmitificar os mitos e estereótipos associados ao envelhecimento. Pretendeu-se através desta atividade que os meninos/as desenraizassem ideias pré-concebidas acerca da 3ª idade e vissem que estas não correspondem à realidade, fomentando assim a aproximação dos mais velhos.

Após ter sido terminada esta atividade, foram colocadas as seguintes questões à geração mais nova: “ Tinham outras ideias sobre os idosos que não estavam escritas nos cartões?”; “ Querem partilha-las com o grupo?”; “ Gostaram desta atividade?” e “ Que outras atividades gostariam de fazer em conjunto com os idosos?”. Por sua vez, foram colocadas as seguintes questões aos idosos: “ Alguma vez pensaram que existiam estes mitos sobre a 3ª idade?”; “ O que acham acerca dos mesmos?”; “ Gostaram desta atividade?” e “Que outras atividades gostariam de fazer com os meninos?”.

Convém ainda referir que este encontro foi considerado a sessão 0 pelo facto das sessões seguintes serem planeadas de acordo com as respostas obtidas pelos participantes.

Sessão I:

Objetivo:

- ✓ Fomentar a transmissão de conhecimentos, heranças e tradições entre as gerações.

Procedimentos:

Duração: 60 minutos.

Local: jardim do CSCRAV.

Materiais utilizados: ovinhos de chocolate e suportes de papel para esconder os mesmos no jardim.

Atividade: “Caça aos ovos”.

Descrição da sessão:

Tendo em conta que o presente programa intergeracional se realizou durante a semana em que se comemora a Páscoa, achamos pertinente implementar uma atividade relacionada com esta época festiva. De forma a cumprir os objetivos específicos estabelecidos para esta sessão, a mesma foi dividida em duas partes.

A primeira foi dedicada à exploração da comemoração da Páscoa, colocando as seguintes questões a ambas as gerações: “ Como costumam comemorar a Páscoa?”; “ Gostariam de comemora-la de outra forma?” De qual?”; “ Com quem costumam celebra-la?”; “O que significa a Páscoa para vocês?” e “ Gostam desta época festiva? Porquê?”. Pretendeu-se com a colocação destas perguntas, proporcionar uma troca de experiências entre as duas gerações, percebendo as diferenças/proximidades existentes entre elas. Para fundamentar este intercâmbio foi explorado o modo como as crianças e os idosos comemoram esta época festiva, nomeadamente quais os rituais ou práticas familiares, bem como os valores transmitidos relativamente à mesma.

Após ter terminado este debate, foi dado início à atividade “caça aos ovos”. Para a sua realização, foram escondidos previamente no jardim da instituição vários ovinhos

de chocolate colocados num suporte de papel. Depois desta tarefa estar concluída, foram formadas equipas de dois elementos, constituídas por um/a idoso/a e um/a menino/a e dadas as seguintes indicações: “ Encontram-se escondidos neste jardim, vários ovinhos de chocolate. A vossa tarefa consiste em encontrar os mesmos e ganha a equipa que mais ovinhos tiver encontrado. Cada ovinho equivale a um ponto. Mas atenção, não podem comer os ovinhos até ao final do jogo porque caso contrário perderão pontuação”. Com a realização deste jogo, pretendeu-se demonstrar a ambas as gerações, uma nova forma de celebração da Páscoa que pode ser não só bastante divertida como envolver toda a família, incluindo pais, filhos, avós e netos. Pretendeu-se ainda, que a transmissão de saberes não fosse linear uma vez que ambas as gerações possuíam sabedorias distintas, possibilitando a construção de uma história comum, a partir da experiência de cada um, funcionado como uma via dupla, pois ambos ensinam e ambos aprendem.

Assim que o jogo terminou, foi criado um espaço de reflexão acerca do mesmo, através das seguintes questões: “ Gostaram deste jogo?”; “ Acham que é uma boa forma de comemorar a Páscoa?”; “ Gostariam de fazer esta “caça aos ovos” com as vossas famílias?, Porquê?” e “ Pensam contar o que fizeram hoje às vossas famílias?”.

Sessão II

Objetivo:

- ✓ Fomentar a transmissão de conhecimentos, heranças e tradições entre as gerações.

Procedimentos:

Duração: 60 minutos.

Local: Sala do ATL.

Materiais utilizados: cartolina, esferográficas, lápis, borracha, rafia, cola, fita-cola,

Atividade: “O livro que aproximou gerações”.

Descrição da sessão:

Tendo em conta que no dia 23 de Abril se comemora o dia mundial do livro, achamos pertinente criar uma atividade intergeracional relacionada com este tema. Neste sentido, pensamos na elaboração de um livro com ditos populares, provérbios

antigos, lengas-lengas, poesia e rimas que ambas as gerações conheciam. Pretendeu-se através da construção deste livro que ambas as gerações partilhassem e transmitissem conhecimento uma à outra, demonstrando assim aquilo que sabem e têm vindo a aprender ao longo do tempo. Pretendeu-se ainda com a elaboração deste livro, explorar o modo como eram/são transmitidos os ditos populares, as lengas-lengas, as rimas, as poesias e os provérbios antigos aos idosos e às crianças.

Depois destes terem sido partilhados, foi dado início à construção do livro, utilizando vários materiais nomeadamente cartolinas, ráfia, esferográficas, fita-cola etc. Convém ainda referir que o livro será exposto no *hall* de entrada da instituição com o intuito de mostrar ao público em geral (pais, técnicos da instituição etc) as atividades que têm vindo a ser desenvolvidas no presente programa intergeracional.

Assim que a elaboração do livro tivesse concluída, foi criado um espaço de reflexão acerca da mesma, através das seguintes questões: “ Gostaram de construir este livro?” “Porquê?”; “ Acham que é uma boa forma de vos aproximar?”; “ Gostariam de fazer esta atividade com os vossos avós?, Por que motivo(s)?” e “ Acham que é uma boa ideia expormos o vosso livro no *hall* de entrada da instituição?”.

Sessão III

Objetivo:

- ✓ Fomentar a transmissão de conhecimentos, heranças e tradições entre as gerações.

Procedimentos:

Duração: 60 minutos.

Local: Sala do ATL.

Materiais utilizados: papel crepe, cartolina, cola, fita-cola.

Atividade: “O 25 de Abril de 1974”.

Descrição da sessão:

Tendo em conta que o presente programa intergeracional foi implementado durante o mês de Abril e no dia 25 deste mês se comemora a revolução dos cravos, achamos pertinente realizar uma atividade relacionada com este tema visto que todos os idosos passaram por esta revolução. Posto isto, esta sessão serviu para os idosos

explicarem às crianças em que consistiu o 25 de Abril de 1974 nomeadamente, por que motivo (s) houve esta revolução; o que mudou desde aquela época; como se vivia antes da revolução dos cravos; onde estavam os idosos; como viveram esse momento e caso haja idosos que sejam ex-combatentes de ultramar, partilhar a sua experiência de guerra. Pretendeu-se com este debate que as crianças conhecessem a história do 25 de Abril de 1974 através de testemunhos reais, fomentando assim junto das mesmas o gosto pela história do nosso país. Tendo em conta que a revolução do 25 de Abril, é designada pela revolução dos cravos, no final do debate os idosos e as crianças confeccionaram cravos em papel crepe para ficar com uma recordação desta sessão.

No final da sessão, foi criado ainda um espaço de reflexão acerca da mesma através das seguintes questões: “ Gostaram desta sessão?”; “ De que gostaram mais?”; “ Alguma vez vos tinham contado a história do 25 de Abril desta forma?” e “ O que acharam da história?”.

Sessão IV

Objetivo:

- ✓ Fomentar a transmissão de conhecimentos, heranças e tradições entre as gerações.

Procedimentos:

Duração: 60 minutos.

Local: jardim do CSCRAV.

Materiais utilizados:

Atividade: Jogos tradicionais portugueses (pião, malha, cabra cega, dominó, berlindes, corrida de sacos, caracol, galo, fisga etc).

Descrição da sessão:

Esta sessão foi dedicada à realização de jogos tradicionais portugueses sendo os mesmos escolhidos consoante os conhecimentos e preferências dos idosos. Com a realização desta atividade pretendeu-se que os mais velhos recordassem as brincadeiras e jogos praticados durante a sua infância, ao mesmo tempo que transmitiam às crianças novas formas de brincar e se divertir. Pretendeu-se ainda, através da realização destes jogos tradicionais mostrar a ambas as gerações que apesar de terem idades cronológicas

diferentes, é possível estabelecerem uma ligação entre elas através destas práticas lúdicas, que foram praticadas em épocas históricas diferentes. Se por um lado temos idosos que recordam a sua infância através da realização destes jogos, por outro temos crianças que os praticam porque lhes foram transmitidos pelas gerações anteriores.

Em suma, os jogos tradicionais portugueses são um ótimo recurso não só para estabelecer a ligação entre diferentes gerações, como para demonstrar que é possível que os idosos e as crianças se divirtam em conjunto, ultrapassando assim a barreira dos jogos eletrónicos, que na maioria das vezes os separa por serem demasiado complexos para os mais velhos.

No final da realização dos jogos, foram colocadas as seguintes questões a ambas as gerações com o intuito de compreender o que acharam dos mesmos: “ Gostaram de praticar estes jogos em conjunto?”; “ Já o tinham feito antes? Com quem?”; “ Acham que é importante fazê-los em conjunto? Por que motivos?”; “ De que jogo gostaram mais?”; “ Gostariam de fazer isto mais vezes?”.

Sessão V

Objetivos:

- ✓ Representar através de símbolos a relação intergeracional construída ao longo do programa;
- Sensibilizar ambas as gerações para a importância da relação intergeracional.

Procedimentos:

Duração: 60/90 minutos.

Local: Sala do ATL.

Materiais utilizados: Telas, tinta acrílica, pincéis, recipiente para colocar a tinta e outro para colocar a água e jornais.

Atividade: “A relação entre gerações”.

Descrição da sessão:

Esta última sessão do programa foi destinada à síntese do presente programa intergeracional. Para a elaboração da mesma, foi pedido aos idosos e as crianças que representassem em duas telas através de símbolos o que significa para eles a relação intergeracional. Pretendeu-se através desta atividade que ambas as gerações refletissem

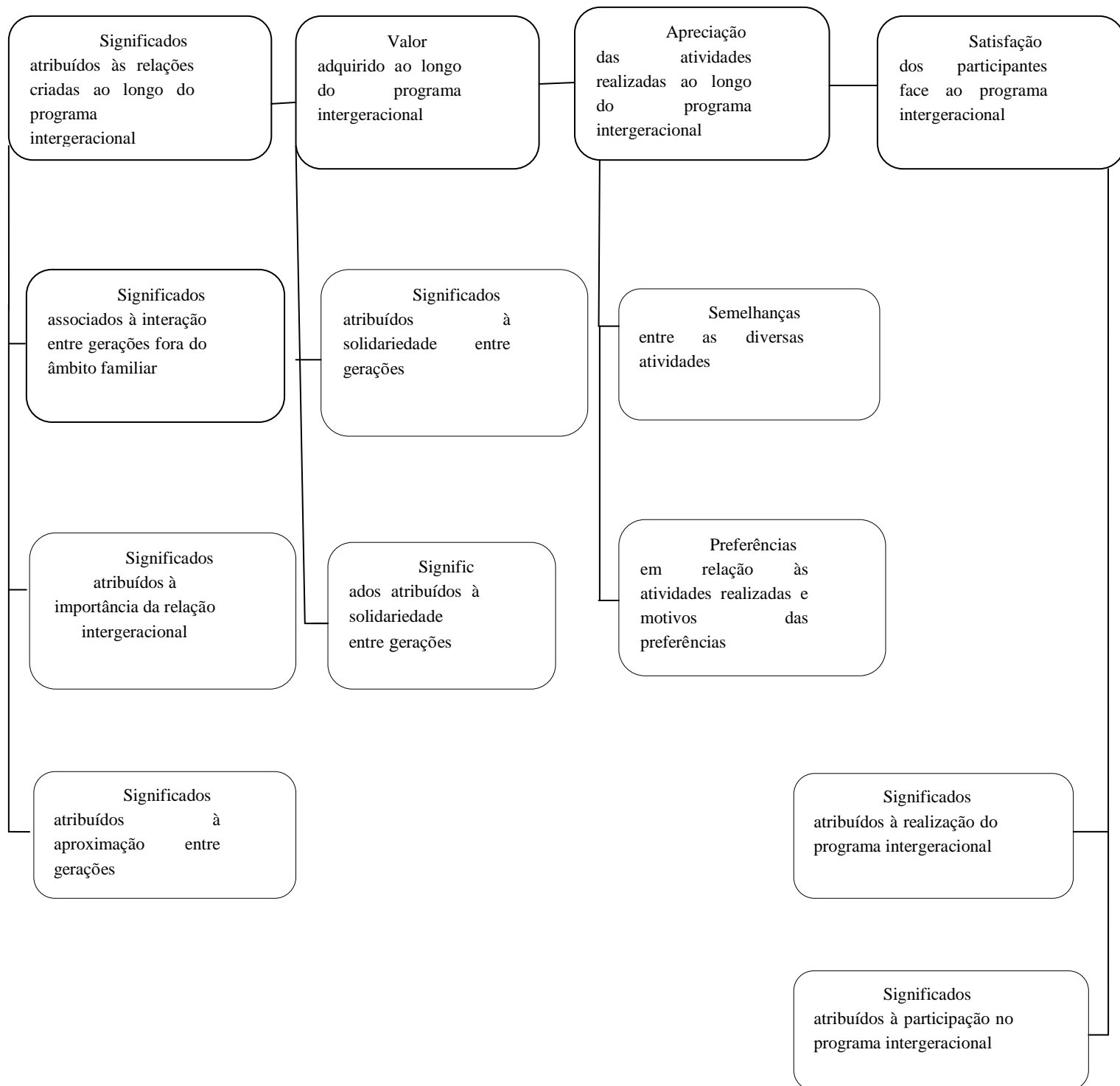
sobre o programa intergeracional em geral para posteriormente representar através do desenho a relação que tem vindo a ser construída ao longo das sessões entre eles. No fundo, pretendeu-se que representassem através de símbolos o que significou para eles este programa intergeracional, sensibilizando ambas as gerações para a sua importância. Serão elaboradas duas telas com o intuito de afixar uma delas no centro de dia e a outra no ATL, para que ambas as gerações se recordem do presente programa intergeracional.

No final desta sessão, foi criado ainda um espaço de reflexão acerca da mesma e do programa intergeracional em geral através das seguintes questões: “ Gostaram de pintar as telas?”; “O que representam para vocês?”; “ Gostaram destes encontros que tivemos?”; “ O que mais gostaram de fazer?” e “ Gostariam de continuar a fazer atividades em conjunto? Porquê?”.

Após a colocação destas questões, foi ainda agradecida a presença de todos os elementos e realizado um *Focus Group* com os participantes para avaliar a eficácia do presente programa intergeracional.

Anexo XXXIV

Árvore de categorização do *Focus Group*



Anexo XXXV

Relatório da 1ª sessão

1. Data: 13 de Junho de 2012

Intervenientes: Dra Liliana Trigueiros, Sandra Aires e C. e J. (mãe e o seu filho mais velho)

2. Objetivos da sessão:

- Observar o padrão relacional presente entre o J. e a sua mãe;
- Explorar a relação entre mãe e filho e possíveis mudanças;
- Explorar linhas de intervenção para a diminuição da instrumentalização deste menino por parte dos pais e o significado que a mesma tem para o mesmo;
- Explorar a díade mãe/filho, os pedidos que este último havia solicitado na sessão anterior.

3. Descrição sumária da sessão (o que aconteceu, recetividade da/o utente face aos temas/técnicas, etc)

Tendo em conta que na sessão anterior, o Joel teve um atendimento a sós com a Dra Liliana e lhe fez três pedidos, nomeadamente que os pais parassem de instrumentalizá-lo; que a mãe deixasse de contactar as autoridades sempre que o seu pai não cumpre o acordo estabelecido pelo Tribunal quanto à guarda das crianças e que o ajudasse com as suas dificuldades escolares, estes foram os temas abordados nesta sessão. A abordagem do tema da instrumentalização de J. por parte dos pais, foi realizada através de uma reflexão falada para que a sua mãe tomasse conhecimento dos sentimentos do filho. Foi ainda utilizado um livro infantil cujo tema se prende com dinossauros (tema apreciado por J. e sugerido por ele) para promover o encontro de uma atividade entre mãe e filho. Ficou acordado que este leria uma página do livro sempre que fosse para casa da sua mãe e que posteriormente discutissem o conteúdo da leitura.

Contrariamente ao que aconteceu na sessão anterior, o J. não tentou *manipular* os técnicos e passou a ter o comportamento típico de um menino instrumentalizado como a sua mãe havia descrito anteriormente. O facto de ter sido acompanhado por vários técnicos desde tenra idade, devido ao processo de divórcio dos pais, fez que ele adotasse uma posição manipulatória (dizendo o que os profissionais querem ouvir) com os mesmos. Contudo, na presença da mãe esta atitude deixou de estar presente. J. passou a demonstrar como é realmente no quotidiano. Esta alteração de comportamento influencia negativamente a relação mãe e filho porque descredibiliza as afirmações estabelecidas pela mãe a respeito do filho na sua ausência com o intuito de a magoar.

Esta sessão foi muito rica em termos de significados uma vez que durante a interação entre mãe e filho foram partilhadas várias informações significativas, o que tornou difícil a exploração de todas elas. Joel partilhou com a mãe os seus sentimentos relativamente à chamada das autoridades por parte da mesma, sempre que o seu pai não cumpria o acordo estabelecido pelo Tribunal em relação à guarda dos filhos, dizendo que não gosta que ela o faça pois tem receio que os colegas do ensino dito normal saibam que é filho de pais divorciados. Este receio por parte de Joel prende-se essencialmente com o facto de ser gozado pelos colegas. Embora este menino frequente o ensino especial devido às suas dificuldades de aprendizagem, como se verifica na afirmação anterior, ele não coloca os colegas no mesmo pé de igualdade, considerando os do ensino dito normal mais importantes. Pediu ainda à sua mãe que deixassem de tecer comentários negativos a respeito do seu pai pois não gosta que ela o faça.

Esta partilha foi muito positiva uma vez que demonstra que o Joel e a sua mãe (mas sobretudo o Joel) sentiam necessidade de partilhar assuntos sobre os quais não tinham conversado antes. Por este motivo, o Joel estava com um comportamento defensivo e reativo em relação à sua progenitora. A sua comunicação verbal e não-verbal demonstrava claramente a manipulação psicológica de que é alvo por parte do pai. Este menino chega ao ponto de inventar mentiras a respeito da mãe (como dormir com o namorado da mãe na mesma cama) para justificar as suas birras e a sua não vontade de ir para casa da mesma e quando confrontado com esta afirmação, apresenta um discurso confuso, demonstrando talvez que esta ideia tenha sido fruto da sua imaginação ou transmitida pela figura paterna, com o intuito de prejudicar a ex-mulher.

Enquanto o Joel conversava com a mãe, esta demonstrava indiferença em relação ao discurso do filho. Ao longo da sessão, Cristina não se envolveu no processo terapêutico como seria esperado, demonstrando indiferença para com o filho. Esta sua

postura foi tão clara que a dado momento da consulta, Joel disse à sua mãe que esta não queria saber dele. E na verdade, ela já havia transmitido esta informação dizendo e passo a citar “Eu não quero saber mais dele. Mais tarde ele vai ver quem tem razão e quem não tem, mas vai ser tarde de mais. Mas não me interessa!”. Esta afirmação demonstra nitidamente que Cristina demite-se das suas responsabilidades parentais. O mais importante para ela neste momento não é recuperar a sua relação com o filho mas sim atingir o ex-marido. O seu principal objetivo passa sempre por atingir o ex-marido e não por assegurar o bem-estar dos filhos. Isto verifica-se quando por exemplo, Cristina chama as autoridades sempre que o pai dos seus filhos não cumpre o acordo estabelecido pelo Tribunal, mesmo sabendo que magoa o Joel sempre que o faz. No lugar de tentar conversar de forma pacífica com o ex-marido ou de abdicar de umas horas dos dias em que os filhos estão a seu cargo, Cristina prefere chamar as autoridades pois sabe que assim irá atingir o ex-companheiro.

Na última parte do atendimento foram ainda trocados pedidos entre mãe e filho. Joel pediu à mãe que ela parasse de chamar a GNR e conversasse com o seu pai quando este desrespeitasse as medidas do Tribunal, ao que ela respondeu e passo a citar “Esquece!”; pediu também que parasse de dizer mal do seu pai e para não ser envolvido nos problemas dela e do pai, ao que ela respondeu e passo a citar “ Vou pensar!”. Por sua vez, Cristina pediu ao Joel que este se portasse bem e ele respondeu e passo a citar “se tu cumprires, eu também cumprio.”. Para terminar a sessão, foi pedido a Cristina e Joel que pensassem sobre os pedidos um do outro para que na próxima sessão dessemos continuidade ao assunto, e ainda que este lesse uma página por dia do livro dos dinossauros com a mãe e discutisse com ela o conteúdo do texto.

5. Reflexão sobre a sessão

Em consequência de um divórcio complicado, Joel passou a ser alvo de *alienação parental* por parte de ambos os progenitores. Tanto o pai como a mãe deste menino utilizam estratégias para impedir, obstaculizar ou destruir os vínculos com o outro progenitor, manipulando-o psicologicamente com o intuito de provocar neste sentimentos de rejeição, de imputar culpas ou de provocar a desmoralização do outro progenitor (Aguilar, 2008; Sá & Silva, 2011). A *alienação parental* representa todas as situações em que o progenitor possuidor da guarda (neste caso, o pai) vai educando a

criança com o intuito de fomentar o ódio perante a outra figura parental (Sé & Silva, 2011).

Neste caso, os progenitores alienadores adotam três dos vários tipos de comportamentos referidos por Sá e Silva (2011), para instrumentalizar o Joel, nomeadamente desvalorizar o outro progenitor perante terceiros, na maioria das vezes, na sua presença, sujeitando-o a constantes discursos de desvalorização, com contornos de humilhação e lesão da sua imagem e do seu bom nome, seja referindo-se a aspetos da sua vida pessoal, profissional ou de qualquer outro nível, muitas vezes sobre a própria relação com a criança; a constante desqualificação do ex-companheiro (a) perante o Joel, provocando um efeito de diminuição da sua pessoa e dos seus atributos e a prática de hábitos que interferem diretamente na relação entre o outro progenitor e o Joel causando perturbação nessas relações, impedindo-as ou dificultando-as. O pai do menor tem por hábito impedir as visitas ou criar dificuldades à sua realização, assim como ocupar os filhos no horário da guarda da ex-mulher, criando atividades que estes gostem preferencialmente.

A alienação parental acarreta consequências para os filhos e como é possível observar neste caso, a relação que mais sofre é a de J. com a sua mãe. Devido à excessiva pressão a que este menino é sujeito por parte do pai, faz com que a distância entre ele e a sua mãe vá sendo cada vez mais acentuada. J. vai criando defesas, afastando-se da sua mãe, manifestando não pretender estar com ela, o que nem sempre corresponde à sua vontade real. Em casos como estes, é comum que a criança rejeite o *progenitor alienado* sem saber bem porquê, mas pretende vê-lo afastado, quanto mais não seja para não desiludir o outro progenitor, como se verifica no caso de Joel (Aguilar, 2008; Sá & Silva, 2011). Este menino chega ao ponto de fazer birras na escola e inventar mentiras a respeito da mãe (como por exemplo, que ela o coloca a dormir na mesma cama que o seu atual namorado) para não ir para casa da mesma.

Contudo a postura desta mãe também dificulta a relação entre ambos, uma vez que ao não compreender que o comportamento do seu filho resulta da *alienação* de que é alvo por parte do seu pai, adota uma posição rígida e distante (como por exemplo ignorar o filho sempre que este não quer ir para sua casa no lugar de conversar com ele com o intuito de compreender o motivo pelo qual isso acontece, na tentativa de combater-lo).

Todo este processo, inevitavelmente, provoca um desequilíbrio emocional no Joel e afeta o seu desenvolvimento psicossomático (Aguilar, 2008; Sá & Silva, 2011). O

menor vê crescer dentro de si, contra a sua vontade, assente em motivos falsos, que ele de todo não deseja, um sentimento de revolta e um ódio perante o progenitor alienado (neste caso, a mãe), com todas as consequências comportamentais que tal estado implica.

Para além de existir alienação parental, verifica-se a existência de uma mãe que coloca o bem-estar dos filhos em segundo plano para poder atingir e prejudicar o ex-marido. O facto dele ter sido ou poder ainda ser a figura de vinculação de Cristina cá em Portugal, uma vez que a maioria dos seus familiares residem na Alemanha, poderá explicar o porquê dela não se conseguir desligar do ex-companheiro. Segundo Lamela, Figueiredo e Bastos (2010), a qualidade de vinculação ao ex-cônjuge durante o casamento pode explicar e prever os níveis de ajustamento após a dissolução do casamento. A forma como o adulto opera e compreende o mundo, adquire ou ignora a informação, interage no quadro das relações interpessoais e resolve os desafios desenvolvimentais, depende do seu estilo de vinculação. Numa matriz relacional, o indivíduo adquire competências e estratégias de regulação emocional de acordo com o seu estilo de vinculação, o que pode promover ou dificultar a sua adaptação ao contexto, neste caso ao divórcio (Soares & Dias, 2007).

Coloca-se a hipótese que Cristina apresente um padrão de *vinculação insegura-ansiosa* uma vez que apresentou receio do abandono por parte do ex-companheiro e dúvida sobre a disponibilidade afetiva do mesmo ao longo do processo de divórcio. Indivíduos com este padrão de *vinculação* tendem a querer alcançar a intimidade e o comprometimento muito rapidamente (como se verificou com C. e o ex-marido que se casaram quando ainda mal se conheciam), apresentando um acentuado investimento nas relações e desejo de fusão com o outro (Lamela, Figueiredo & Bastos, 2010). O padrão de *vinculação insegura-ansiosa* leva também a comportamentos de dependência emocional em relação ao parceiro, condutas não assertivas tanto por défice como por excesso de procura do ex-companheiro, bem como a sentimentos de mal-estar e baixa autoestima (Platts, Tyson & Mason, 2002). Segundo Davis, Shaver e Vernon (2003), os adultos com este tipo de padrão de *vinculação* lidam com o divórcio de forma hostil e ameaçador e, perante, a indisponibilidade do ex-companheiro, terão maior dificuldade em reorganizar-se e integrar a experiência da separação, tal como se tem vindo a verificar no caso da Cristina.

Outro fator que nos poderá ajudar a compreender o padrão relacional desta utente enquanto mãe e esposa prende-se com a sua família de origem, onde houve

também história de violência doméstica e um processo de divórcio. Segundo Andolfi (1998), a abordagem *trigeracional* oferece-nos um significado mais amplo do problema existente, comparando as relações atuais com as relações existente na respetiva família de origem. Com base no pensamento deste autor, C. está a repetir o padrão familiar da sua família de origem. O facto de ter presenciado episódios de violência doméstica entre os seus pais e de ter vivenciado o processo de divórcio dos mesmos, ao longo da sua infância e adolescência, teve influência na forma como compreendeu o papel de mãe e esposa.

Segundo Lamela, Figueiredo e Bastos (2010), a adaptação ao divórcio não só é predita pelos estilos de vinculação dos adultos ao ex-cônjuge, como se trata de um processo de perda da figura de vinculação, tal como defendido por Bowlby (1980). Analisando os pressupostos deste autor acerca da perda de uma figura de referência, conclui-se que a *vinculação* é uma chave de leitura pertinente para a compreensão dos comportamentos, emoções, perceções e significados das experiências associadas ao fim da relação conjugal. A perda da figura de *vinculação* por divórcio pode ser mais desestruturante do que a perda por morte da figura de referência, uma vez que, em situações de perda por morte, o indivíduo sabe que ela não providencia cuidados por não existir fisicamente, enquanto no divórcio, esta não providencia propositadamente cuidados ao ex-companheiro/a (Lamela, Figueiredo e Bastos, 2010).

De acordo com esta linha de pensamento, Bowlby (1980), propôs quatros períodos de um processo de luto funcional e adaptativo que pode ser utilizado para a leitura das reações comportamentais, cognitivas, emocionais e representacionais após a decisão de divórcio. Estas fases são a negação, procura e raiva, desorganização e desespero, e reorganização. A primeira fase, negação, é caracterizada por períodos de incredulidade sobre a perda da figura de vinculação, seguidos por intensas emoções e sintomas agudos de psicopatologia, como ansiedade e raiva. A segunda fase, caracterizada pela procura e raiva, envolve o início do registo da realidade da perda, acompanhado por um sentimento de inquietude e alvoroço, bem como de reações de raiva com a finalidade de restabelecer o contacto com a figura de vinculação, sendo neste período que se encontra a Cristina devido aos vários comportamentos que apresenta para com o ex-marido (prejudicar o ex-companheiro utilizando os filhos; continuar a manter relações sexuais com ele; voltar para o mesmo caso este a aceite de volta). A desorganização é a terceira fase do processo de luto, que se inicia com um período de confusão, agitação, incerteza e receio sobre a mudança. Neste período, o

adulto aceita a perda após compreender que a figura de vinculação não voltará a estar disponível, apesar do protesto constante em estabelecer contacto. Este protesto em pode resultar em manifestações de desespero, como depressão, tristeza, melancolia, confusão mental e sintomas psicopatológicos. Por sua vez, a última fase do período de luto adaptativo intitula-se *reorganização/integração* e é caracterizada pela reestruturação gradual do *self*, das representações da figura de vinculação e por um processo de manutenção adaptativa dos laços. A adaptação à perda está associada a resignificações da inacessibilidade da figura de vinculação e a possibilidade da manutenção do laço com a figura de vinculação, após a alteração das suas funções e tonalidades emocionais.

Posto isto, a reação de Cristina ao processo de divórcio poderá ser explicada com base nos argumentos supracitados. O facto do ex-marido constituir uma figura de vinculação para a mãe de Joel, associado ao facto de não ter conseguido realizar o luto do seu casamento, poderão estar na origem da sua dificuldade em lidar com o processo de divórcio.

6. Objetivos e planificação da sessão seguinte

- Continuar a discussão sobre os pedidos do J. e da C;
- Melhorar a relação disfuncional existente entre mãe e filho, de forma a ultrapassar o distanciamento entre ambos;
- Explorar a integração do processo de divórcio dos pais por parte de J. através da aplicação da Dupla Lua.

Tendo em conta que os pedidos do Joel e da Cristina não foram devidamente explorados, devido à falta de tempo, teria sido importante dar continuidade a este assunto através de uma reflexão falada. A exploração mais aprofundada destes pedidos pareceu-me muito importante para que C. tomasse conhecimento dos sentimentos do filho em relação aos vários pedidos que lhe fez e vice-versa, podendo desta forma pensar em alternativas futuras e atribuírem novos significados à relação existente. Teria sido ainda pertinente, perceber se Cristina e Joel conversavam sobre este assunto em casa e se ao longo destes quinze dias tentaram respeitar os pedidos um do outro.

Uma vez que foi pedido ao Joel que lesse uma página do livro dos dinossauros sempre que fosse para casa da mãe, acho que também seria importante dedicar algum

tempo a esta atividade para que ele sentisse que a leitura não foi em vão. Poderíamos ter pedido ao Joel que nos descrevesse o que leu nestes quinze dias e nos contasse como correu esta atividade com a mãe, pretendendo-se através deste debate, perceber como Cristina lida com as dificuldades de aprendizagem do filho.

Por último, poderá ainda ter sido aplicado a Dupla Lua para verificar como é que o Joel se posiciona perante as pessoas que lhe são mais significativas e consequentemente perante a situação de divórcio dos pais. A aplicação deste instrumento teríamos-nos permitido verificar se este menino integrou ou não o divórcio dos pais e consequentemente ajuda-lo a distanciar-se da posição “manipulatória” assumida perante os técnicos.

Anexo XXXVI

Relatório da 2ª sessão

1. Data: 4 de Julho de 2012

Intervenientes: Dra Liliana, Sandra Aires e C.

2. Objetivos da sessão:

- Discutir com a utente os significados da ausência do seu filho mais velho na sessão;
- Discutir com a utente o futuro da sua relação com o filho mais velho;
- Explorar os motivos que a levaram a “desistir” do filho mais velho.

3. Descrição sumária da sessão (o que aconteceu, recetividade da/o utente face aos temas/técnicas, etc)

A relação entre a utente e o seu filho piorou desde o último atendimento uma vez que associado ao facto de Joel não ter dirigido a palavra à família materna durante a sua comunhão solene, ele continua a não querer ir para casa da sua mãe. Em consequência destes acontecimentos, C. decidiu *desistir* do seu filho e por esse motivo não o levou consigo para o atendimento. Tendo em conta esta situação, foi discutido com a C. os significados da ausência do J. na sessão; o futuro da relação entre ela e o seu filho bem como os motivos que a levaram a “desistir” do mesmo. Quando a utente foi questionada acerca da ausência de J. no atendimento, ela respondeu e passou a citar “ O pai disse que se o menino não quer vir para a mãe, não vem! Por isso, eu não o posso obrigar. O pai é que deveria impor regras e não o deixar fazer tudo o que ele quer!”. Esta afirmação demonstra claramente que Joel continua a ser instrumentalizado pelo pai com o intuito de dificultar a sua relação com a mãe. O facto de permitir que J. não vá para casa da mesma sempre que não lhe apetece, faz com este menino se afaste cada vez mais da progenitora, prejudicando assim a relação existente entre eles. Sempre que C. vai buscar

o seu filho mais novo a casa do ex-companheiro, J. nem sequer a cumprimenta nem fala com ela, o que motiva também a sua “desistência” para com o mesmo. Tudo isto (não cumprimentar a mãe nem querer ir para casa dela, não dirigir a palavra à família materna durante a cerimónia da comunhão solene) faz com que Cristina assuma uma posição de “desistência” em relação ao seu filho, dizendo e passo a citar “ Não quero saber mais dele. Mais tarde ele vai ver quem tem razão, se sou eu ou o pai. Agora só tenho um filho, só sou a mãe do M!”. O discurso da utente indica que esta desresponsabilização face ao Joel representa mais uma forma de atingir o ex-marido. Para Cristina, o mais importante não é o seu filho, mas sim que ela consiga atingir o seu ex-companheiro. Este comportamento demonstra claramente que a utente não tem o seu papel parental e conjugal bem definidos, isto é, as funções que fazem parte da Cristina enquanto mulher e enquanto mãe não estão bem delineadas. O facto da utente “desistir” do filho mais velho para atingir o ex-marido e de o instrumentalizar contra o mesmo, faz parte dos seus desejos enquanto mulher e não enquanto mãe. Tendo em conta que esta tem sido a sua postura para com o J., foi pedido à C. para realizar o “esquema da balança”, colocando a “utente-mãe” (função parental) de um lado e a “utente-mulher” (função conjugal) do outro, com o intuito de refletir sobre qual dos dois é mais importante.

Para além destas estratégias também foi utilizada a *provocação terapêutica* de Andolfi sempre que se pretendia suscitar uma mudança junto da utente. Tomemos como exemplo, o caso em que foi perguntado à utente se o seu filho mais novo é um motivo suficientemente importante para ela não sair do país. Pretendeu-se com esta questão/provocação que esta refletisse sobre o seu papel de mãe e mulher, tomando consciência de que esta sua possível saída do país indicava uma confusão de papéis (o seu papel de mulher se sobrepunha ao de mãe).

Na última parte do atendimento, C. partilhou que estava a pensar sair do país. Quando questionada acerca das consequências que esta sua saída iria ter na sua relação com os filhos, C. afirma não existir grande diferença entre viver cá ou no estrangeiro, uma vez que não os vê todos os dias e estes poderão estar com ela 2 ou 3 vezes por ano, caso decida ir para a Suíça. Perante estas verbalizações, foi transmitido à utente que apesar de não ter contato diário com os seus filhos, está com eles semanalmente, o que não é comparável a 2 ou 3 visitas por ano. Foi ainda sensibilizada para o fato desta sua possível saída do país criar um distanciamento emocional entre ela e os seus filhos, o que viria a afetar a relação existente com o filho mais novo tendo em conta que existe

uma relação disfuncional com o mais velho. Face a isto, a utente referiu que ficaria em Portugal apenas pelo M (para que ele não se sinta abandonado pela mãe) e não pelo J. Face a esta afirmação, recorreu-se à provocação terapêutica de Andolfi para perguntar à utente se o seu filho mais novo é um motivo suficientemente importante para ela não sair do país. Pretendeu-se com esta questão/provocação que esta refletisse sobre o seu papel de mãe e mulher, tomando consciência de que esta sua possível saída do país indicava uma confusão de papéis (o seu papel de mulher se sobrepunha ao de mãe). Contudo, ela não soube responder com exatidão.

Partilhou ainda que na sua opinião, esta sua saída do país seria indiferente para o filho mais velho uma vez que ele não quer estar com ela neste momento. Esta afirmação indica que o facto do J. poder sentir-se abandonado pela segunda vez por parte da progenitora, não aparentou ser relevante para a utente. Recorreu-se à mesma estratégia (provocação) para perguntar à utente se ela não estaria a adotar a mesma postura de afastamento que o seu pai teve para com ela, em relação ao seu filho mais velho. Ao que a utente respondeu que *ele é que não quer estar comigo*.

Para terminar a sessão, foi pedido à utente que refletisse sobre a sua relação com o filho mais velho e sobre como esta será daqui para a frente, sobre o fato de M. constituir um motivo suficientemente forte para ela mudar de ideias em relação à ida para o estrangeiro? e para pensar sobre o “esquema da balança”. No fundo, que refletisse sobre todos os temas abordados ao longo da sessão.

4. Reflexão sobre a sessão articulando os objetivos, as técnicas utilizadas e fundamentação teórica.

Em consequência de vários anos de alienação parental, o afastamento de J. face à mãe intensificou-se ao ponto de adotar uma posição inflexível de ódio contra a sua mãe, traduzida no facto de não querer ir para casa da mesma e de nem a cumprimentar quando esta vai buscar o seu irmão mais novo (Gardner, 1998). Segundo Kelly e Johnston (2001), as crianças vítimas de alienação parental expressam abertamente a rejeição de um dos progenitores devido às crenças negativas que lhes são incutidas pela figura parental *alienante* (progenitor que exerce a alienação parental). Esta poderá transmitir à criança que a presença do outro progenitor não é relevante na sua vida; que este é perigoso comumente alegando abuso ou negligência por parte do mesmo e que este não ama nem se preocupa com a criança. Os mesmos autores defendem que este

tipo de postura por parte do progenitor *alienante* pode induzir comportamentos de passividade e desistência da disputa pela custódia ou visitação no progenitor alienado (figura parental alvo de alienação), tal como se verifica no caso de Cristina. Num estudo realizado por Johnston (2003), com 215 crianças (108 meninas e 107 meninos) cujos pais estavam divorciados e em litígio, foi constatado que a dinâmica familiar das crianças que apresentavam pouca ou nenhuma vontade em passar tempo com um dos progenitores e que resistem ou recusam visita-lo, incluem um pai/mãe com capacidades parentais disfuncionais e com falta de compreensão do ponto de vista da criança.

Tal como defende o autor supracitado, C. apresenta uma ausência de capacidades parentais e sente dificuldade em compreender o ponto de vista do seu filho mais velho. A presença destas dimensões é perceptível quando esta mãe coloca o ex-marido em primeiro lugar relegando o bem-estar dos filhos para segundo plano. O facto dela “desistir” de Joel acreditando que isso irá prejudicar o ex-companheiro demonstra claramente que há uma ausência de competências parentais. Por outro lado, C. não compreende o ponto de vista de Joel em relação a si mesma porque tende a trata-lo de “igual para igual”, isto é coloca-o no mesmo nível hierárquico que ela. Esta mãe tem dificuldade em compreender que um menino de 11 anos não pode nem deve ser tratado da mesma forma que o adulto pois não tem as mesmas capacidades cognitivas. Ao tratar o J. desta forma, C. nega o limite hierárquico e psicológico existente entre adultos e crianças (Warshak, 2000).

De acordo com Féres-Carneiro (1998), a capacidade que a criança apresenta de lidar com a crise da separação, dependerá, sobretudo, da relação que se estabelece entre os pais e a sua capacidade de distinguir, com clareza, a função conjugal da função parental, o que não se verifica no caso de Cristina. Esta mãe não tem estes dois papéis bem definidos e por isso tende a confundi-los facilmente, colocando os seus desejos de mulher acima das suas funções de mãe. Ao fazer comentários negativos acerca do ex-marido com o objetivo de prejudica-lo, Cristina não avalia o impacto negativo que isso pode gerar nos seus filhos. É comum que crianças nestas circunstâncias acabem também por contribuir para a difamação do progenitor alienado (neste caso, a mãe), como se verifica no caso do Joel que inventa mentiras a respeito da sua mãe. Warshak (2000), atribui a essa contribuição diversas razões tais como a necessidade que a criança tem de proteger e cuidar do progenitor *alienador*, ao invés de ser protegida e cuidada; o sentimento de impotência diante de uma situação tão conflituosa para a qual é

convocada e o facto de ganhar maior controlo e poder aquando da manipulação dos conflitos entre os pais.

Posto isto, a alienação parental exercida pelo ex-marido sobre Joel, associado à ausência de competência parentais por parte de Cristina, à falta de compreensão do ponto de vista da criança bem como à confusão do papel parental com o conjugal poderão estar na origem da “desistência” desta mãe em relação ao filho mais velho.

5. Objetivos e planificação da sessão seguinte

- Discutir com a C. o futuro da sua relação com o filho mais velho;
- Discutir com C. a sua possível saída do país e as consequências que a mesma irá ter na relação com os filhos;
- Explorar junto de C. se o filho mais novo é um motivo suficientemente importante para ela não sair do país;
- Discutir com C. o “esquema da balança” com o intuito de compreender qual dos dois papéis (utente-mãe/ utente-mulher) é mais importante.

Tendo em conta que Cristina cortou relações com o filho mais velho e está a ponderar a hipótese de sair do país, é urgente trabalhar as dimensões acima referidas. Neste sentido, a próxima sessão será dedicada à continuação da anterior. Para explorar os temas supracitados poderão ser utilizadas técnicas como o debate e a reflexão falada.

Anexo XXXVII

Relatório da 3ª sessão

1. Data: 18 de Julho de 2012

Intervenientes: Dra Liliana, Sandra Aires e C.

2. Objetivos da sessão:

- Discutir com a C. o futuro da sua relação com o filho mais velho;
- Discutir com C. a sua possível saída do país e as consequências que a mesma irá ter na relação com os filhos;
- Explorar junto de C. se o filho mais novo é um motivo suficientemente importante para ela não sair do país;
- Discutir com C. o “esquema da balança” com o intuito de compreender qual dos dois papéis (utente-mãe/ utente-mulher) é mais importante.

3. Descrição sumária da sessão (o que aconteceu, recetividade da/o utente face aos temas/técnicas, etc)

Do segundo para o terceiro atendimento não se verificaram grandes alterações na relação entre a utente e o seu filho mais velho. Este continua a não querer estar com a mãe e a utente continua a trata-lo de igual para igual. Durante o atendimento esta partilhou que quando foi buscar o seu filho mais novo a casa do ex-marido, o mais velho lhe disse *eu não quero ir contigo* ao que ela lhe respondeu *mas alguém te disse que eu queria que tu viesses?* Estas verbalizações reforçam a ideia do que tem vindo a ser referenciado nos primeiros relatórios acerca da confusão de papéis (parental e conjugal). No lugar de tentar compreender que o comportamento do seu filho mais velho é fruto de anos de alienação por parte do pai, a utente acredita que J. não gosta dela. Segundo ela, o seu filho mais velho deveria ser capaz de compreender (apesar dos

seus 11 anos de idade e das suas dificuldades de aprendizagem) que a mãe gosta dele mesmo quando esta tem atitudes que demonstram o contrário.

Apesar de ter sido sensibilizada para estas questões, nomeadamente para o fato de uma criança de 11 anos não ter as mesmas capacidades cognitivas do que um adulto, levando a que não compreenda as coisas da mesma forma, a utente continuar a ter dificuldades em compreendê-lo. O seu baixo nível de escolaridade, a ausência de capacidade de reflexão associado às suas dificuldades com o português (pelo facto de ter vivido muitos anos na Alemanha) poderão estar na origem desta dificuldade.

Numa fase mais avançada do atendimento, a utente manifestou que de momento não está disposta a mudar em prol de melhorar a relação com o seu filho mais velho. Partilhou ainda que não o irá perdoar pelo que ele lhe tem feito, nomeadamente afastar-se dela; desejar que ela morra (informação obtida através do filho mais novo) e inventar mentiras a seu respeito como *eu vi a mãe aos beijos com um homem na rua*. Perante estas verbalizações a utente foi sensibilizada, através de uma reflexão falada, para o fato das crianças nem sempre dizerem o que realmente pensam e que por vezes as suas afirmações resultam da influência dos adultos. Ao que ela respondeu que *mesmo assim isso não se diz! Ele deveria saber que não se mente!*

Perante a ausência de evolução da utente face a esta questão, foi efetuada uma descentralização da relação existente entre J e a sua mãe, utilizando um terceiro elemento de referência, a família de origem da utente, nomeadamente o divórcio dos pais e consequente ausência da figura paterna, para explorar outras modalidades de relação pela primeira vez. Esta estratégia designada por provocação terapêutica foi utilizada para suscitar uma mudança junto da utente. Neste sentido foi-lhe perguntado se o J. não estará a ter o mesmo comportamento que ela quando esta tinha a sua idade, uma vez que os pais da utente também passaram por um processo de divórcio e o seu pai se afastou da família, tal como está a acontecer com a utente em relação ao seu filho mais velho. Ao que ela respondeu *eu nunca fui agressiva com o meu pai como o J. Eu gostava muito dele apesar dele nos ter deixado. Não inventava mentiras sobre ele!* Perante estas afirmações, a provocação foi acompanhada por uma ação de apoio, fazendo com a utente, sentindo-se atacada nas próprias defesas, perceba que o seu problema oculto foi entendido. Para tal foi-lhe transmitido que o objetivo não foi atacá-la nem magoá-la mas sim que ela tentasse recordar a forma como era e se sentiu naquela altura, com o intuito de tentar compreender o comportamento do seu filho mais velho. Ao que ela respondeu que é difícil pois ela e o seu filho reagem de maneira diferente.

Por último e para terminar a sessão, foi pedido a utente que refletisse sobre todos os aspetos abordados ao longo da mesma., sensibilizando-a para a importância da presença da mãe na vida de uma criança de 11 anos. Tendo em conta que esta sessão se realizou antes do período de férias, ficou acordado com a utente que esta entrasse em contato connosco no final do mesmo assim que achasse pertinente. Contudo, até ao momento não o fez, ficando o processo de acompanhamento em aberto.

4. Reflexão sobre a sessão articulando os objetivos, as técnicas utilizadas e fundamentação teórica.

Para além do que foi referido acerca da confusão de papéis (conjugal e parental) e da “desistência” por parte da utente do seu filho mais velho, gostaria de acrescentar a seguinte informação: as dificuldades relacionais entre mãe e filho poderão estar associadas à inexistência de relação entre a utente e o seu progenitor, quando este se divorciando da mãe de C. saiu de casa. Com base na informação presente na apresentação do caso clínico, podemos apontar uma repetição do padrão da família de origem de C., devido à existência das mesmas problemáticas. Segundo Cigoli e Scabini (2000), a história ligada à família de origem influencia o indivíduo e a formação da sua nova família, como se verifica neste caso. Neste atendimento ponderou-se a hipótese de que a relação atual da utente com o seu filho mais velho possa ser sobrecarregada pelo peso de uma relação não resolvida entre esta e o seu progenitor, sem que ela tenha consciência. De acordo com esta perspetiva intitulada de *transmissão intergeracional*, todas as questões não resolvidas das gerações precedentes são transmitidas às gerações seguintes, tendo estas a possibilidade de elaborá-las ou de transmiti-las por sua vez às gerações futuras (Scabini & Cigoli, 2000).

Caso a utente não esteja disposta a mudar em prol de melhorar a sua relação com o filho mais velho, esta poderá dar origem a uma distância emocional entre ambos, como se verifica em relação à sua família de origem. Existe entre a utente e a sua família os dois tipos de *cut-off* definidos por Bowen (1978, cit in Elkaim, 1998): o de carácter real e físico uma vez que ambos vivem a quilómetros de distância e o de carácter interno tendo em conta que a utente utiliza vários mecanismos intrapsíquicos e mesmo fisiológicos para evitar o contato com a sua família (nomeadamente verbalizar que caso um dia volte para a Alemanha, não irá viver na mesma cidade em que vivem os seus pais e que não sente falta do seu pai de quem afirma gostar muito). De acordo com o

mesmo autor, o *cut-off* também designado por *corte emocional*, desenvolve-se como forma de administrar a ligação emocional não-resolvida em relação aos pais ou a outros indivíduos significativos, podendo no caso da utente estes ser representados ou pelo ex-marido ou pela sua figura paterna, ou talvez até ambos.

Tendo em conta todas as informações acima referidas, considera-se que o próximo objetivo de intervenção deverá passar por trabalhar a relação entre a utente e a sua família de origem. Como foi referido anteriormente, as relações não-resolvidas influenciam a formação da nova família, daí a importância de explorar esta relação. Importa que a utente tome consciência da influência que a ausência da sua família de origem tem na sua vida, para que possa integrar esta dimensão na sua história de vida, melhorando assim a sua relação com o filho mais velho. Segundo Andolfi e Angelo (1989), se o utente conseguir confrontar-se com os próprios medos e os sentimentos de destrutividade atingirá, de fato, os próprios recursos de força, vitalidade e estima por si mesmo.